श्री रामजयम् ।

கம்ப்யூட்டர் யுக இரகசியங்கள்

வாழ்க்கையில் மிக உன்னத விஷயங்களை தெரிந்துக் கொள்ள உதவும்

இங்கிலாந்து மலர் மருந்துகள் - பாகம் 7

ஊசி, மருந்து இல்லாமல் (பணம், நேரம் ஒதுக்க வேண்டிய அவசிய இல்லாமலும்) உங்கள் வியாதிகள் / பிரச்சினைகளை உடனடியாக மற்றும் நிரந்தரமாக குணப்படுத்திக் கொள்ளக் கூடிய முறைதான் இப்புத்தகத்தில் விவரிக்கப்பட்டுள்ளது.

கடவுள் தன் இரு கைகளையும் நீட்டி பணம், (மற்றும் சுகம், சௌகர்யம், பொருள், பதவி) நம் எல்லோருக்கும் எப்போதும் கொடுக்க தயாராக இருக்கிறார். ஆனால் நாம் 'நிகழ்காலத்தில்' இருந்தால் தானே அவற்றை பெற முடியும். (ஏனெனில் 'இறந்த காலம்' மற்றும் 'எதிர் காலம்' என்பவை கடவுளுக்கு கிடையாது). நிகழ்காலத்தில் எப்படி இருப்பது என்பதை இப்புத்தகத்தில் (பக்கம் 1 முதல் 57) விளக்கியுள்ளோம்.

இதற்கென தனியாக பணம் அல்லது நேரம் ஒதுக்க வேண்டியதில்லை.

இதைப் படித்து பயன் பெறுவது வாசகர்களின் சுறுசுறுப்பு மற்றும் ஆர்வத்தை பொறுத்தது.

[illegible]

Rs.42=00

முன்னுரை

மனிதர்களுக்கு கஷ்டங்கள் (வியாதி, தரித்திரம், பிரச்சினை) ஏன் ஏற்படுகின்றன, அவை தீர சரியான உண்மையான வழி என்ன என்பவற்றை தெரிந்து அவற்றை உலக மக்களுக்கு எடுத்துரைக்க வேண்டும் என்பதே இந்நூலாசிரியரின் வாழ்க்கை குறிக்கோள்.

நமது இலக்கை நோக்கி விரைவாக, சரியாக, மற்றும் முழுமையாக சென்றடைய ***செஸ்ட்நட்பட், ஒக், வாட்டர் வயலெட்*** *ஆகிய மூன்று மலர் மருந்துகளையும் சேர்த்து தினம் ஒரு முறை (வேறு ஏதோ விஷயத்திற்காக) சாப்பிட்டு வந்தபோது, அது நிறைவேறாவிட்டாலும் அதைவிட மிக உயர்ந்த விஷயமான 'மனிதர்களின் பிரச்சனைகளுக்குத் தீர்வு' என்ற எனது லட்சியம் நிறைவேறியது. அதுதான் இந்த புத்தகத்தில் சொல்லப்பட்டுள்ள தியான முறை.*

இது தான் சரியாக தியானம் செய்யும் விதம். இதை பயின்று வர, விரைவில் :-

(1) நமது வியாதிகள் குணமாகின்றன.

(2) பணம் நீர் வீழ்ச்சி போல் நமக்கு வருகிறது; கடவுள் தரிசனம் கிடைக்கிறது.

(2) நாம் சொல்வது அப்படியே நடக்கிறது (வாக்கு பலிதம்), மற்றும்

(4) நமக்கு தேவையான, இன்றியமையாத உதவிகளை நாம் கேட்காமலேயே மற்றவர்கள் வலிய அவர்களாகவே முன்வந்து செய்கின்றனர்.

என்று இப்புத்தகத்தின் முந்தைய பதிப்பு வாசகர்கள் எமக்கு தொடர்ந்து எழுதிய வண்ணம் உள்ளனர்.

ஆனால் இவற்றையெல்லாம் எதிர்பார்த்து இந்த தியான முறை பழகுதல் கூடாது. எதையும் எதிர்பாராமல் தியானம் மட்டுமே செய்யுங்கள். எல்லாம் நல்ல விதமாக நடக்கும், முடியும்.

V. கிருஷ்ணமூர்த்தி

Raman House
21, குப்பையா தெரு
(மேற்கு மாம்பலம் சங்கர மடம் அருகில்)
சென்னை-33 (தொலைபேசி: 24890370)

ஏப்ரல் 15, 2003

இங்கிலாந்து மலர் மருந்துகள் - பாகம் 7

எல்லையில்லாத (infinite) சொத்துக்கு அதிபதியாக **க்ளெமடிஸ்** என்ற மலர் மருந்தின் பாசிடிவ் நபர் உள்ளதாக இப்புத்தகத்தின் முந்தைய பாகங்களில் படித்தோம். **பணம், சொத்து என்று நாம் இப்புத்தகங்களில் எழுதும் போது, "வியாதி, கவலை, கஷ்டம், வாழ்க்கைப் பிரச்சினை ஆகியவை ஏதும் இல்லாமலிருத்தல்" என்பதும் அடங்கும்.** இதேபோல் நல்ல பல விஷயங்களை கற்று வாழ்க்கையில் உன்னத நிலையை அடைந்து உலகம் போற்றும் மகானாக ஆவதும் 'பணம்' என்று நாம் சொல்வதில் அடங்கி விடுகிறது. (பணத்தை விட பல மடங்கு சிறந்த நிலை என்றும் கூட கூறலாம்)

ஒரு நபர் **க்ளெமடிஸ்** என்ற மலர் மருந்தின் 'நெகடிவ்' தன்மையாளராக இருந்தால் மட்டுமே இம்மருந்து சாப்பிட விரைவில் 'பாசிடிவ்' தன்மையாளர் ஆகி பல கோடிகளுக்கு அதிபதியாகலாம்.

நாம் இம் மருந்தின் தன்மையாளராக இல்லாத பட்சத்தில், 'பாசிடிவ்' க்ளெமடிஸ் நபர் செய்வதை நாம் காப்பியடித்தாலே போதும்.

'ஓஷோ' என்ற நூறு சதவிகித 'பாசிடிவ்' க்ளெமடிஸ் டைப் நபர் முன்னூற்றி அறுபது லிமோசின் கார் வைத்திருந்தார் (உலகிலேயே விலை உயர்ந்த இவை ஒவ்வொன்றும் 2-4 கோடி ரூபாய் விலை உள்ளது.) வாயைப் பிளக்காதீர்கள் வாசகர்களே! இது உண்மை. எவரும் மறுக்க முடியாது.

ஆகையால் ஓஷோ செய்து வந்ததை நாம் செய்தால் (360 இல்லாவிட்டாலும்) 1-2 லிமோசின் காருக்கு நாமும் அதிபதியாகிவிடலாமே!

நாம் ஒரு நிமிடம் கூட செய்யாத எந்த காரியத்தை ஓஷோ தன் வாழ்நாள் பூராவும் செய்தார் என்று பார்த்து அதை நாம் செய்து வந்தாலே போதும்.

ஓஷோ செய்தது என்ன?

அவர் செய்தது 'பாசிடிவ்' க்ளெமடிஸ் வேலை.

'பாசிடிவ்' க்ளெமடிஸ்-டைப் வேலை என்றால் என்ன?

உலகிலேயே அதிக எண்ணிக்கையில் புத்தகம் எழுதியவர்களில் ஓஷோவும் ஒருவர். அது மட்டுமல்ல. அதிக எண்ணிக்கையில் அதிக மொழிகளில் பல பதிப்புகள் வெளிவந்ததும் ஓஷோவின் புத்தகங்களே.

தமிழ் புத்தகங்கள் விற்கும் எந்த ஒரு புத்தகக் கடையிலும் சென்று பாருங்கள். ஓஷோவின் தமிழாக்க புத்தகங்கள் சுமார் 10-30க்கு குறையாமல் நீங்கள் பார்க்கலாம்.

ஓஷோ எழுதிய அறுநூற்றி ஐம்பது புத்தகங்களிலும் உள்ள ஒரே theme என்னவெனில், அது கீழே கொடுக்கப் பட்டுள்ளது தான்.

''உன் மனது நினைப்பதை, செய்வதை (கோபம், ஆசை, வெறுப்பு, திட்டமிடுதல், சந்தோஷம், பணவரவு, நஷ்டம் ஆகியவற்றை) வேறு ஒரு நபர் உன்னை கவனித்து பார்ப்பது போல் நீ உன்னையே (உன் மனதை) கவனித்து வா. இதை 'சாட்சி பாவம்' என்று ஓஷோ சொல்கிறார்.

''அவன் ஆபீசுக்கு நேரமாகிவிட்டது என்று ஓடுகிறான்'' என்று பக்கத்து வீட்டுக்காரனை பார்த்து நீ சொல்லிக் கொள்கிறாய்.

ஆனால் நீ (இந்த புத்தகத்தை இந்த வரியில் படிப்பவரை 'கபாலீஸ்வரன்' என வைத்துக் கொள்வோம்) 'நான் ஆபீசுக்கு ஓடுகிறேன்' என்று சொல்கிறாயே யல்லாது ''கபாலீஸ்வரன் என்ற நான்/எனது உடல்/மனம் ஓடுகிறது, ஓடுகிறான்'' என்று உங்களையே நீங்கள் கவனித்து சொல்லிக் கொண்டிருந்திருக் கிறீர்களா? இல்லையே. அதை முதலில் செய்யுங்கள். (இது 'தனக்குத்தானே பேசிக் கொள்ளும்' பைத்தியக்கார நிலை அல்ல என்பதை வாசகர்கள் கவனிக்க வேண்டும்.)

உனக்கு ஒருவர் ஒரு பரிசு (gift) வாங்கிக் கொடுத்திருக்கிறார். ''இதை எனக்கு அவர் ஆசையாக ஐநூறு ரூபாய்க்கு வாங்கிக் கொடுத்தார்'' என்று நினைத்துக் கொள்கிறாய்.

ஆனால் என்றாவது நீ ''நான் ஆசைப்பட்டு இந்த சட்டையை கடையில் போய் வாங்குகிறேன் (கபாலீஸ்வரன் என்ற நான்

வாங்கி வந்தான்) என்று நீ செய்வதை நீயே கவனித்துக் பார்த்தது உண்டா? இல்லையே! அதை முதலில் செய்.

ஏன் இப்படி செய்ய வேண்டும்?

ஓஷோ இன்னும் எழுதுகிறார்: "நீ ஒரு அயோக்கியத் தனமான காரியம் செய்யும் போது அல்லது செய்ய ஆசைப் படும்போது கூட, (வேறு ஒருவன் நினைப்பதை நீ கவனிப்பது போல்) நீ உன்னையே கவனி. நீ நினைப்பதை/செய்வதை கவனி.

இப்படி செய்வதால் நீ தவறு செய்ய முயற்சித்தது கூட மாறி நல்லதாக முடியும். இதில் நீ எதிர்பார்த்த சந்தோஷம் நூறு மடங்காகவும் இருக்கும். இது தான் பிராணயாமம் செய்யும் சரியான முறை

"(எதிர்காலத்திற்கு) நல்லது" என நாம் திட்டமிட்டதில் 99 சதவிகிதத்திற்கு மேல் கெடுதலாகத்தான் முடிந்திருக்கிறது. இதை எவரும் மறுக்க முடியாது. ஏனெனில் இரண்டு சதவிகிதமாவது சரியாக இருந்திருந்தால் நாம் எல்லோரும் மகாராஜாவாக ஆகியிருப்போமே!

ஏன் நாம் நம்மையே பார்த்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும்?

பகவான் இரமண மகரிஷி இதையே வேறு விதமாக சொல்கிறார். **"Watch your thought."** ***(உன் மனம் எண்ணுவதை நீ கவனி.)***

நாம் (அடுத்த மணி, தினம், மாதத்திற்காக) தீர்மானித்து செய்யும் காரியம் நல்லதாக முடியலாம், கெடுதலாகவும் முடியலாம்.

நமது எண்ண ஓட்டத்தை/நிகழ்காலத்தில் மனம் செயல் படுவதை பார்ப்பதால் மனோ வேகமானது கட்டுப் படுகிறது. (கடந்த காலத்தில் நடந்த நிகழ்ச்சிகளையோ, எதிர்காலத்தில் நாம் செய்யப்போவதைப் பற்றியோ தான் நமது மனம் எப்போதும் நினைத்துக் கொண்டிருக்கும். இதை எவரும் மறுக்க முடியாது.)

கேள்வி: ஏன் மனதை நிகழ்காலத்திற்கு கொண்டு வர வேண்டும்?

பதில் : நாம் செய்வது எல்லாம் நல்லபடியாக முடிய, நல்ல பலன் கொடுக்க நாம் நிகழ்காலத்தில் இருக்க வேண்டும்.

கேள்வி: *அது எப்படி? புரியவில்லையே!*

பதில்: *புரியும் படியாக சொல்கிறேன்.*

பகவத் கீதையில் கண்ணபிரான் சொல்கிறான்: ''உன் மூலமாக நான் காரியங்களை செய்கிறேன்.''

கடவுள் செய்வது எதிலும் தவறே வராது. கவலை, கஷ்டம், வியாதி, தரித்திரம், ஏமாற்றம் போன்றவை கடவுளுக்கு தெரியாத, கடவுளிடம் இல்லாத ஒன்று. (38 மலர் மருந்துகளின் 'பாசிடிவ்' தன்மைகளையும் ஒருங்கே அமையப்பெற்றவனே கடவுள். கடவுள் என்பது ஒரு பொருள் அல்லது திட உருவம் அல்ல. அது ஒரு 'தன்மை'. Quality and not quantity*).*

'திட்டமிட்டு' வேலை செய்வது என்பதே அடுத்த நிமிடம், மணி, நாள், வாரம் அல்லது அடுத்த வருடத்தில் நடக்க/கிடைக்க வேண்டிய பலன் பற்றியதாகும்.

கடவுளுக்கு 'கடந்த' காலம், 'எதிர்' காலம் கிடையாது.

அவருக்கு 'நிகழ்'காலம் மட்டுமே உண்டு. இன்னும் சொல்லப்போனால் 'நேரம்' என்பது அவருக்கு கிடையாது **(timelessness).** ***கடவுள் காலத்தை கடந்தவர்.***

நவீன விஞ்ஞானிகளும் இதை ஒப்புக் கொள்கின்றனர். பூமியிலிருந்து கிளம்பி மேலே, உயரத்தில் ஒரு குறிப்பிட்ட எல்லைக்கு அப்பால் சென்று விட்டால் அங்கு (timelessness) *நேரம்/காலம் என்பது இல்லை என்கின்றனர்.*

ஏசுவிடம் ஒரு சீடர் கேட்டார்... (இது புதிய ஏற்பாட்டில் இல்லை. ஆனால் அது ஆஃபி மரபின் ஒரு பகுதியாகும்.) ''உங்களின் கடவுளின் பரலோக ராஜ்யத்தில் முக்கியத்துவம் வாய்ந்த விஷயம் என்ன?'' விடை வியப்புக்குரியது. ''அங்கே காலம் என்பதே இல்லை. அதுதான் என்னுடைய பரலோக ராஜ்யத்தில் முக்கியத்துவம் வாய்ந்த விஷயம் - அங்கே காலம் என்பதே இருக்காது. அங்கே கடந்த காலமும் இல்லை, வருங்காலமும் இல்லை, அங்கே இருப்பது நிகழ்காலம் மட்டுமே'' என்று ஏசு விடையளித்தார்.

நாம் நிகழ்காலத்தில் இருந்தால் மட்டுமே (அதாவது கடவுள் செய்யும் வேலைகளுக்கு தடையாக இல்லாமலிருப்பதால்) எல்லாமே நல்லதாக நடக்கின்றன. இதை நடைமுறை வாழ்க்கையில் கடைப்பிடித்து வந்தால் 6-12 மாதங்களில் நீ கோடீஸ்வரன்தான். மகானும் கூட.

Man proposes, God disposes. நாமொன்று நினைக்க தெய்வம் ஒன்று நினைக்கும். இதற்கு சரியான அர்த்தம் என்னவெனில் நமது மனம் தீர்மானிப்பதை (நிகழ்காலத்தில் இருந்து கொண்டு) கடவுளிடம் விட்டுவிட்டால் அவர் அதை நல்லதாக மாற்றியமைத்துவிடுவார்.

நீ நிகழ்காலத்தில் இருந்தால்தான் கடவுளை (அவர் செய்யும் அபரிமிதமான நல்ல விஷயங்களை) பெற முடியும்.

திட்டமிடாமல் இருப்பது என்றால் வேலை செய்யாமல் இருப்பது என்று அர்த்தம் அல்ல.

"சும்மா இருப்பவனை விட வேலை செய்பவனையே எனக்கு பிடிக்கும்" என்றும் "பலனை எதிர் பாராமல் வேலைகளை செய்" என்று பகவத் கீதையில் கூறப்பட்டுள்ளது.

திட்டமிட்டு வேலை செய்தாலே நீ நிகழ்காலத்தில் இருக்க முடியாது. திட்டமிடுவது (insurance) என்பது 'எதிர்காலத்தை'ப் பற்றியதாக ஆகி விடுகிறது.

கடவுள் எதையும் திட்டமிடாமல் செய்வதால் (அவர் நிகழ்காலத்தில் மட்டுமே இருப்பதால்) அவர் செய்யும் எல்லா வேலைகளுமே (வேண்டுமென்றே தாறுமாறாக ஏதாவது சேஷ்டை செய்தால் கூட) நல்லதாக, சரியாக அமைந்து விடுகிறது.

ஆகையால் எப்போதாவது ஒரு கீழ்த்தரமான, அயோக்கியத்தனமான காரியம் உன் மனதில் தோன்றினாலும் அல்லது அதை நீ செய்ய முற்படும் போது கூட

> "ஐயோ, இப்படி நினைக்கக் கூடாது. அது பாபம்"† என்று மனதை நல்ல வழியில் திருப்ப முயற்சிக்காமல்

---

† கடவுள் என்பவர் பாவம், புண்ணியம் ஆகியவற்றிற்கு அப்பாற்பட்டவர்.

''அந்த கீழ்த்தரமான வேலையை நாளை செய்ய வேண்டும் என இப்போது நினைக்கிறேன்'' என்று நீ உன் மனதை கவனிக்க, மறு தினம் அந்த கீழ்த்தரமான வேலையை நீ செய்ய முற்படும் போது கூட அது பல மாற்றங்கள் (modifications) அடைந்து வேறு ஒரு நல்ல விஷயம் உன் மனதில் தோன்றி அதை நீ செய்து முடித்து விடுவாய். (இதற்காக எல்லோரும் தவறான, அயோக்கித்தனமான விஷயங்களைப் பற்றியே நினைக்க வேண்டும் என்று இந்நூலாசிரியர் சொல்வதாக அர்த்தம் கொள்ள வேண்டாம். பகவான் ஓஷோவிற்கு ஒரு கெட்ட பெயர் கொடுத்து விட்டனர். பலர் அவரை செக்ஸ் சாமியார் என தவறாக சொல்கின்றனர். ஆனால் அவர் புத்தகங்களை கூர்ந்து படித்தால் அவர் காமத்திற்கு எதிரானவர் என்பது புரியும். செக்ஸ் பற்றிய பேச்சு, நிகழ்ச்சியின் போதும் கூட நீ செய்வதை நீயே கவனித்து வந்தால் மட்டுமே, விரைவில் அதன் பிடியிலிருந்து விலகிவிட முடியும் என்கிறார்.)

ஒரு சமயம் விடாமல் சிகரெட் பிடித்து வரும் (chain smoking) நபர் ஒருவர் ஓஷோவிடம் வந்து தன்னால் சிகரெட் பிடிக்காமல் இருக்க முடியவில்லை எனவும் அதை கைவிட வழி கேட்டார். இதற்கு ஓஷோ சொன்னார். ''நீ சிகரெட் பிடிக்கும் போதெல்லாம் நீ செய்யும் செயலை (புகையை உள்ளுக்கு இழுப்பதை, வெளி விடுவதை. அதைப் பற்றவைக்க நெருப்பு பெட்டி எடுப்பதை, தீக்குச்சியால் நெருப்புப் பெட்டியின் பக்கவாட்டில் உரசுவதை எல்லாவற்றையும் (வேறு ஒருவன் நீ சிகரெட் பிடிப்பதைப் பார்ப்பது போல்) நீயே உன் செயலை உற்று கவனித்து வா.''

அவன் அவ்வாறு செய்துவர அடுத்த 2-3 தடவைக்கு மேல் அவனால் சிகரெட் பிடிக்க முடியவில்லை. அது அவசிய மற்றதாகவும் ஆகிவிட்டது.

நீ (மனித மனத்தால்) நல்லது செய்ய முடியாது. அது எதையாவது செய்தால் (இதற்கு திட்டமிட்டுத்தான் ஆக வேண்டும்) விபரீதம், அசிங்கம் தான் மிஞ்சும்.

நாம் திட்டம் ஏதும் போடாமல் வேலைகளை செய்து வந்தால்† நாம் 'ஆட்டோமேடிக்' ஆக நிகழ்காலத்தில் இருக்கிறோம். கடவுளும் நிகழ் காலத்திலேயே இருப்பதால், நாம் கடவுளுக்கு

---

†All spontaneous actions are graceful. (Emerson)

சமீபமாக (அருகில்) இருந்து விடுகிறோம். அதனால் அவரது பார்வை (கடாட்சம்) கிடைத்து விடுகிறது. ஆகையால் நாம் எது செய்தாலும் அது நன்றாகவே அமைந்து விடுகிறது; நன்றாக மாறி விடுகிறது.

''கடவுள் எப்போ கண்ணை திறக்கப் போகிறானோ'' என கஷ்டத்திற்கு விடியலை தேடி அலைபவன் சொல்கிறான்.

அட முட்டாள் மனிதனே! கடவுள் எப்போதும் கண்ணை திறந்து வைத்துக் கொண்டு நம்மை பார்த்துக் கொண்டேதான் இருக்கிறான். நம்மை படைத்து விட்டு நம்மை கவனிக்காமல்/ பார்க்காமல் அவனுக்கு வேறு என்ன வேலை இருந்துவிட முடியும்?

பள்ளி செல்லும் தன் குழந்தை பற்றி அதன் அம்மா தினம் தினம் மாலை மணி நான்கு அடித்ததும் பள்ளியிலிருந்து வந்துவிட்டதா என்று தானே பார்க்கிறாள். ஒரு நாளாவது ''இன்று மட்டும் நான் கவலைப்பட மாட்டேன். வந்தால் வருகிறது. வராவிட்டால் போகிறது. நாளையிலிருந்து மறுபடியும் தினம் தினம் குழந்தை பற்றி நினைக்கிறேன்'' என்று சொல்வாளா? இதே போல் தான் நம்மை படைத்த கடவுளும். **கடவுள் நம்மை எப்போதும் பார்த்துக் கொண்டேதானிருக்கிறான். நீங்கள் அவன் பக்கம் திரும்பினால் தானே அவன் பார்வை நம் மீது விழும். நீங்கள் அவனைப் பார்க்க, நிகழ்காலத்தில் இருக்க வேண்டும்.**

'பிரார்த்தனை' என்பது **ஸ்வீட் செஸ்ட்நட்** என்ற மருந்தில் நிறையவே காணப்பட்டாலும் **க்ளெமடிஸ்** என்ற மருந்திலும் வருகிறது.

பிரார்த்தனை செய்யும் போது என்ன செய்கிறோம்? கடவுள் உருவத்தை நம் கண்களுக்கு எதிரே வைத்து அதை பார்த்தபடியே பிரார்த்தனை செய்கிறோம்.

கடவுள் நம் அருகில், நம் முன் உட்கார்ந்து நம்மையே பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறான். எதிர்காலத்தில் நமக்கு கிடைக்க வேண்டிய பலன்கள் பற்றியே நாம் சிந்தித்துக் கொண்டு இருப்பதால் நிகழ்காலத்தில் நம்மால் இருக்க முடியாமல் போய் விடுகிறது. அதாவது கடவுள் பார்வையிலிருந்து நாம் விலகி தொலை தூரத்திற்கு சென்று விடுகிறோம்.

இருபது வருடம் கழித்து தன் மகன் எஞ்சினியராகி மாதம் சில ஆயிரம் ரூபாய் சம்பாதிக்க, பள்ளி, கல்லூரி செலவிற்கு இவன் (அப்பா) தினம் தினம் அலுவலகம் சென்று வேலை செய்து சம்பாதித்து இத்யாதி, இத்யாதி...

அடடா! கடவுள் பார்வை உன் மீது ஒரு கணம் பட்டால் கூட உன் குழந்தை இந்த பதினைந்து வயதிலேயே தினம் தினம் (எவர் கீழும் கை கட்டி வேலை செய்யாமல்) பல ஆயிரங்களை சம்பாதிக்க முடியும்.

மாண்டலின் சீனிவாசன், புல்லாங்குழல் சசாங் ஆகியோரின் பெற்றோர்கள் தன் குழந்தை பெரிய வித்வான் ஆக வரவேண்டும் என 'திட்டமிட'வில்லை. காசு செலவழித்து பள்ளிக்கு அனுப்பவில்லை.

இரண்டு மணிநேர சங்கீத கச்சேரிக்கு 20-50 ஆயிரம் வாங்கும் பாடகர்களின் பெற்றோர்கள் அவனை பாடகன் ஆக்க எந்த முயற்சியும் செய்யவில்லை.

உன் மகன் இப்படி வரவேண்டும், அப்படி ஆக வேண்டும் என திட்டமிடாமல் (இதனால் நீ எதிர்காலத்திலேயே இருப்பதால், அதாவது கடவுளிடமிருந்து எங்கோ சென்று விடுவதால்) உன் மகன் ஒரு ஐயாயிரம் ரூபாய்க்காக தினம் எட்டு மணி நேரம் என முப்பது தினம் உழைக்க வேண்டும்.

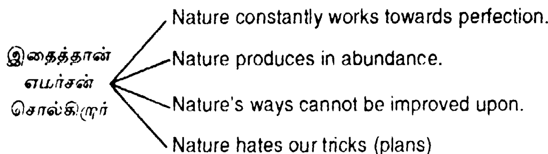
உனக்கு செய்ய வேண்டிய வேலைகள் நிறைய இருந்தால் ''இவ்வளவு வேலையையும் இன்றே முடித்தாக வேண்டும்'' என்று நினைத்து பழக்கப் பட்டு போன நீ ''இவ்வளவையும் இன்றே முடித்தாக வேண்டும் என்று நான் இப்போது நினைக்கிறேன்'' என்று உன்னையே (உன் மனம், எண்ணம்) கவனித்து வா. எவரோ வந்து அவ்வளவு வேலைகளையும் கச்சிதமாக அவரே செய்து தந்து விட்டு போவார்.

More servants wait on man than he will take notice of.

உனக்கு கைகட்டி வேலை செய்ய, காலால் இட்டதை தலையால் செய்து முடிக்க நீ வேலை வாங்கிக் கொள்ள முடியாத அளவு இயற்கை வேலைக்காரர்களை உன்னிடம் அனுப்பிக் கொண்டே யிருக்கிறது என மேதை எமர்சன் எழுதுகிறார். நீ நிகழ்காலத்தில் இருந்தால் தான் இது சாத்தியமாகும்.

''நீ மகாராஜாவாக இருக்க எல்லாவற்றையும் உன்னுள் வைத்து உலகிற்கு உன்னை அனுப்பினேன். ஆனால் நீ திட்டமிட்டு செயல்பட்டு இதனால் எனது உலகமான 'நிகழ்காலத்தில்' நீ இல்லாமல் போய், வேலைக்காரனாக எவன் கீழேயோ வேலை செய்கிறாய்'' என மனிதனைப் பார்த்து கடவுள் சொல்கிறார்.

''சாத்தானை பார்க்காதீங்க, கடவுளை பாருங்கள்!'' என்று சொல்கிறது இங்கிலாந்து மலர் மருந்துகள்.



'தியானம்' என்பது க்ளெமடிஸ் என்ற மருந்தின் பாசிடிவ் தன்மையில் வருகிறது. (நிகழ்காலத்தில் தான் கடவுள் சன்னிதி உள்ளது)

பிரார்த்தனை (அல்லது சரணாகதி) என்பது ஸ்விட் செஸ்ட்நட் என்ற மருந்தின் பாசிடிவ் தன்மையில் வருகிறது.

இவ்விரண்டு மருந்துகளையும் தனித்தனியாக பிரித்து பார்க்க முடியாது.

நாம் பிரார்த்தனை செய்யும் முறையில் உள்ள குறைபாடுகளை தியானம் செய்வதன் மூலம் அகற்றி விடலாம். இதே போல் தியானம் செய்யும் முறையில் நமக்கு தவறு, பிரச்சினை ஏற்படுவதை பிரார்த்தனை சரி செய்து விடும். Meditation and prayer should go hand in hand.

''கத்தியை தீட்டாதே, புத்தியை தீட்டு'' என்பதை பாட்ச் மருத்துவம் கற்றவர்கள் தலைகீழாக மாற்றி படிக்க வேண்டும்.

புத்தியை தீட்டாதே. கத்தியை தீட்டு. ''கத்தியை தீட்டினால் அதனால் வெட்ட வேண்டியவற்றை சுலபமாக வெட்டலாம்'' என்று நீ நினைக்கும்போது (தீர்மானிக்கும் போது) ''நான் இப்படி திட்டமிட்டு கத்தி தீட்டுகிறேன்'' என்று உன் புத்தி செயல்படும் விதத்தை நீ கவனி. இதுதான் புத்தியை தீட்டும் வழி.

வகுப்பிற்கு 'கட்' அடித்துவிட்டு சினிமா போகும் மாணவன் கூட ''பள்ளிக்கு கட் செய்து விட்டு சினிமா போக நினைக்கிறேன்'' என்று தன் மனம் எண்ணுவதை கவனித்தால், சினிமா டிக்கெட் வாங்க 'க்யூ'வில் நிற்கும் போது ''நான் க்யூவில் நின்று கொண்டிருக்கிறேன்'' என்று தன்னை தானே கவனித்து பழகினால்,

''தியேட்டர் முன்பாக இவ்வளவு நபர்கள் இருக்கிறார்கள்'' என தன்னை சுற்றி நடப்பவைகளை ஒரு சாட்சியாக மட்டும் பார்த்து வந்தால்,

க்யூவில் உன்னை எவனாவது முண்டியடித்து உன்னை தள்ளிவிட்டால், அவனுடன் நீ சண்டை போடாமல், ''இவன் என்னை தள்ளி விட்டான்'' என்று அந்த நிகழ்ச்சியை (உன் மனம் எந்த பாதிப்பும் அடையாமல்) சாட்சிபோல், காட்சி போல் பார்த்துக் கொண்டிருந்தால், இதுதான் புத்தியை தீட்டும் வழி.

இப்படி செய்து வர,

சினிமா பார்ப்பதால் என்ன சந்தோஷம் உனக்கு உண்டாகுமோ அதைவிட 10-20 மடங்கு சந்தோஷம் தரக்கூடிய விஷயங்கள் உனக்கு தெரிய வந்து அதில் நீ 'ஆட்டோமேடிக்' ஆக நாட்டம் கொண்டு நற்பயன்களை பெறுவாய்.

இவ்வாறு நம்மைப் பற்றி நடப்பதை (வேறு ஒருவர் பார்ப்பது போல்) நாமே நம்மை (நமது மனதை, அதன் எண்ண ஓட்டங்களை, மற்றவர் நமக்கு செய்யும் நன்மை/கெடுதல் ஆகியவற்றால் ஏற்படும் நமது மன பாதிப்புகளை) பார்த்து வர பழகினோம் எனில்,

நடக்கக் கூடாத, நடக்க முடியாத விஷயங்களையே நாம் எண்ணி வந்துள்ளோம் என்பதும் நடக்க வேண்டிய, நடக்க முடிந்த விஷயங்களை கோட்டை விட்டு விட்டோம் என்பதும் நமக்கு தெரிய வரும்.

இது தான் தியானம். நிகழ்காலத்தில் இருப்பது தான், இருந்து வருவதுதான் தியானம்.

உதாரணமாக உனக்கு உடல்நிலை சரியில்லை என்றவுடன் நீ 'டாக்டரிடம் போய் மருந்து எழுதி வாங்கி சாப்பிடவேண்டும். எவ்வளவு நாள் ஆகுமோ' என்று நினைக்கிறாய் என வைத்துக் கொள்வோம்.

> அவர் கொடுத்த மருந்து சாப்பிட்டு சரியாகிவிட்டால் ''நமக்கு நல்ல டாக்டர் உள்ளார். அடுத்த தடவை இதே வியாதி அல்லது இதை விட மோசமாக ஏதேனும் வியாதி வந்தால் கூட அவர் குணப்படுத்தி விடுவார்'' என்று இதுபோல் ஏதோ நினைக்கிறோம்.

அல்லது அவர் எழுதிக் கொடுத்த மருந்தால் நமது நோய் சரியாகப் போகவில்லையெனில் 'இவர் உதவாக்கரை டாக்டர்' என அவருக்கு பட்டம் சூட்டி விட்டு 'வேறு யார் நல்ல டாக்டர்' என விசாரிக்கிறோம்.

அதாவது நமக்கு வியாதி வந்தவுடன் அதன் பின்னால் chain reaction *(தொடர் நிகழ்ச்சிகளை)* நாம் உண்டாக்குகிறோம்.†

இப்படியில்லாமல் 'நமக்கு இந்த நோய் வந்திருக்கிறது' என்று அந்த வியாதியை, அதனால் உனக்கு (உன் மன பாதிப்பு, உடல் வேதனை) ஏற்படும் நிகழ்ச்சிகளை நீ கவனி. ஒரு டாக்டர் ஒரு நோயாளியை (diagnosis) வியாதி நிர்ணயம் செய்வதற்காக எப்படி பார்ப்பாரோ, பேசுவாரோ அதுபோல் நீயே உன்னை பார்.

வியாதி வந்தால் டாக்டரிடம் போக வேண்டாம் என்று இந்நூலாசிரியர் சொல்லவில்லை. முதலில் நீ உன்னை பார். அவசியம் ஏற்படும் போது டாக்டரிடம் போ. அப்படி போகும் போதும் கூட உன்னை கவனி. 'நான் டாக்டரிடம் போக வேண்டும் என கபாலீஸ்வரன் (உன் பெயர் எதுவோ அது) என்ற நான் இப்போது நினைத்தேன்' என்று உன் மனம் எண்ணியதை கவனித்து வா.

டாக்டரிடம் போகும் போதும், அவரிடம் பேசும் போதும் 'கபாலி என்ற பெயருள்ள என்னை டாக்டர் பரிசோதிக்கிறார்'

† டாக்டரிடம் எவரும் போகக் கூடாது என்று நாம் சொல்வதாக எந்த வாசகரும் அவசரப்பட்டு முடிவு கட்ட வேண்டாம்.

'இதை டைபாய்டு என்கிறுர்' என்று உன்னைப் பற்றி நடக்கும் நிகழ்ச்சிகளை (வேறு ஒருவர் பார்ப்பது போல்) கவனி.

H. G. Wells என்ற No. 1 சரித்திர ஆசிரியர் The Time Machine என்ற புத்தகம் (science fiction) எழுதினுர். அதில் விஞ்ஞானி ஒருவன் இயந்திரம் ஒன்றை உருவாக்குகிறுன். அதில் எவராவது உட்கார்ந்து கைப்பிடி ஒன்றை கீழே இழுத்தால் காலண்டர் பின்ளுேக்கி தேதி மாறிக் கொண்டே போகும். ஏதாவது ஒரு தேதி (10-5-1995) வந்தவுடன் கைப்பிடியை சமநிலைக்கு கொண்டு வந்து நிறுத்திவிட்டால் நம்மை சுற்றி உள்ள இடம் மனிதர்கள் எல்லாம் அந்த தேதியில் எப்படி இருந்ததோ அப்படி ஆகிவிடும். அதாவது காலத்தின் பின்ளுல் அல்லது (அல்லது எதிர் காலத்தில்) நாம் அழைந்து சென்று பார்க்க முடியும். அப்படி உண்மையிலேயே ஒரு இயந்திரம் இருந்து கடந்த காலத்தில் செல்ல முடியுமானுல் 1995ல் நீ என்ன செய்தாய் என்று உன்னையே நீ பார்க்கும்போது எப்படி பார்ப்பாய்? தூர இருந்து ஒரு காட்சி போல்தானே பார்ப்பாய். 'ஐயோ பத்தாவது வகுப்பு பாஸ் செய்ததற்கே இவ்வளவு ஆனந்தத்தில் குதிக்கிறேன்' என்று உன்னை நீ பார்ப்பாய் அல்லவா?

கடந்த காலத்தில் நாம் அடைந்த/அனுபவித்த இன்ப துன்பங்களை நண்பர்/உறவினரிடம் விலாவாரியாக சொல்கிறேம்.

'நான் இப்படி இருந்தேன்' 'அப்படி செய்தேன்' என்று சொல்கிறேம்.

(அல்லது)

எதிர் காலத்தில் 'அப்படி செய்ய வேண்டும். இப்படி இருக்க வேண்டும்' என்று நமது திட்டம்† /எதிர்பார்ப்பு/ ஆசைகளை பற்றி பேசுகிறேம்.

---

† பலனை எதிர்பாராமல் கடமையை (வேலையை) செய் என்று சொன்னுல் எவரும் புரிந்து கொள்ள முடியாது. இதற்கு உரை (commentary) சொல்லி விளங்க வைக்க ஒரு முயற்சிதான் ஓஷோ எழுதிய அறுநூற்றி ஐம்பது புத்தகங்கள். அந்த 650 புத்தகங்களிலும் உள்ள ஒரே theme-ஐ பலர் புரிந்து கொள்ள முடியாது என்பதற்காகத்தான் 'பாட்ச் மலர் மருந்துகள் - பாகம் 7' என்ற இந்த புத்தகம் ஓஷோவின் 650 புத்தகங்களுக்கு உரை (commentary) போல் எழுதப்படுகிறது.

ஆனால், என்றைக்காவது, எப்போதாவது நிகழ்காலத்தில் நாம் செய்வதை, நாம் நினைப்பதை, நம்மைப் பற்றி நடப்பவற்றை வேறொருவர் நம்மை கவனித்துப் பார்ப்பது போல நாமே நம்மை கவனிக்கிறோமா? இல்லையே. இதைத் நாம் செய்து வர தான், இனி நாம் முயற்சிக்க வேண்டும்.

காலையில் வீட்டு வாசலில் நிற்கிறாய். உன் வீட்டிற்கு தினம் செய்தித்தாள் போடும் பேப்பர்க்காரன் தெருக் கோடியில் வருவதை பார்க்கிறாய். பேப்பர்க்காரன் வருகிறான் என்று நினைக்கிறாய். ஆனால் என்றாவது நீ (கபாலி என்ற) 'நான்' என் வீட்டு வாசலில் நிற்கிறேன். பேப்பர்க்காரன் வருவதை நான் (கபாலி) பார்க்கிறேன்'' என்று உன்னையே நீ கவனித்தது உண்டா? அதை செய். **இதுதான் க்ளெமடிஸ் பாசிடிவ் தன்மை பெற வழி.** இதைத்தான் ஓஷோ செய்து வந்தார். இதனால் தான் அவர் எல்லையில்லாத சொத்திற்கு அதிபதி ஆனார்.

இப்படி நாம் செய்வதை நாமே கவனிப்பதால் நமக்கு நாமே பேசிக் கொள்ளும் பைத்தியமாக ஆகி விடுவோமோ என்று எவரும் பயப்படத் தேவையில்லை.

பைத்தியங்கள் தனக்குத் தானே பேசிக் கொள்வது அவன் நிகழ்காலத்தில் செய்வது பற்றி இருக்கவே இருக்காது. கற்பனையில் (எதிர்காலத்தில்) எங்கேயோ இருப்பான்.

நாமும் ஒரு ரயில், பஸ் பயணத்தின் போது கூட ரயில், பஸ்ஸில் உட்கார்ந்திருந்தாலும் நாளை பம்பாய் சென்றடைந்த வுடன் அங்கு (நாளை செய்ய) பேச வேண்டியவைகளை அசை போட்டுக் கொண்டுதானிருப்போம்.

பைத்தியங்கள் உரக்க பேசுகின்றன. நாம் மனதிற்குள் (நாளை செய்யப் போவதை) பேசிக் கொள்கிறோம். பைத்தியத்திற்கும் நமக்கும் இதுதான் வித்தியாசம். மற்றபடி இருவரும் நிகழ்காலத்தில் இல்லவே இல்லை.

''அது சரி, வியாதி என நமக்கு வந்துவிட்டால் டாக்டரிடம் போய் மருந்து எழுதி வாங்கி சாப்பிடுகிறோம். 'எனக்கு காமாலை வந்துள்ளது' 'டாக்டரிடம் போகிறேன்' என்று சாட்சி போல் நம்மை நாமே ஏன் பார்த்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும்?'' என பல வாசகர்கள் கேட்கலாம்.

இதில் ஒரு பெரிய இரகசியம் உள்ளது. நீ இப்படி செய்வதால் உன் வியாதியை கவனிப்பதால் (நிகழ்காலத்தில் இருப்பதால்) அந்த வியாதி (பல நேரங்களில் நீ மருந்து ஏதும் சாப்பிடாமல் கூட) மறைந்து விடும்.

'டாக்டரிடம் போக வேண்டும், மருந்து சாப்பிட வேண்டும், ஆபிசிற்கு லீவிற்கு போன் செய்ய வேண்டும்' என அடுத்த மணியில்/நாளில் செய்ய வேண்டிய எதிர்காலத்தைப் பற்றியே நினைத்துக் கொண்டிருப்பதால் (வியாதியின் தொடர் நிகழ்ச்சிகள்) நீ அதற்கு தூபம் போடுவது போல் ஆகி அது மிக மிக பெரிதாக ஆகிவிடும். எரிகிற கொள்ளியில் எண்ணெயை விட்ட கதை தான். (Adding fuel to the fire).

நியூஸிலாந்து நாட்டிற்கு சென்றிருந்த ஒரு இந்தியர் சொல்கிறார். ''எனக்கு ஒரு நாள் தலைவலி வந்தபோது அந்த ஊர் டாக்டரிடம் சென்றேன். அவர் என்னிடம் சொன்னார்: 'உன் தலை வலிக்கு நீ மாத்திரை சாப்பிட வேண்டுமா என்று உன்னையே நீ கேள்' என்றார். எனக்கு ஒரு மாதிரி ஆகிவிட்டது. என்ன இந்த டாக்டர் உளறுகிறார் என்று சங்கடப்பட்டேன். ஆயினும் டாக்டர் ஆயிற்றே. அவரிடம் நம் உடலை ஒப்படைத்த பிறகு அவர் சொல்படி கேட்டுத்தானே ஆக வேண்டும்? அவர் சொன்ன படியே நான் என்னுடன் பேசினேன். என்ன ஆச்சர்யம்! வலி இருந்த இடம் தெரியவில்லை. எனக்கு மாத்திரை வேண்டாம் என்று சொல்லி அவரைப் பாராட்டிவிட்டு வந்தேன். நம்மைப் பற்றி கடந்த காலத்தில் நடந்தவற்றைப் பற்றியும் எதிர்காலத்தில் நீ செய்யப்போகிற அல்லது உனக்கு நடக்கப் போகிற விஷயங் களையும் தான் நாம் நினைக்கிறோமேயல்லாது, நிகழ்காலத்தில் இன்று, இந்த மணியில், நிமிடத்தில் நடப்பதை எவரும் 'சாட்சி' போல் தன் மனதை தானே பார்ப்பதில்லை.

இதைத்தான் நாம் செய்யவேண்டும். இது தான் தியானம் செய்யும் சரியான முறை. பிராணயாமம் என்பதும் இதுவே.

<u>பிரச்சினைகளை தீர்க்க வழி:</u>† உனக்கு ஏதாவது பிரச்சினைகள் ஏற்பட்டால் அவற்றை தீர்க்க சரியான வழி முறைகளை ஆராய முற்படாதே. அதை தீர்க்க எதுவும் செய்யாதே!

---

† பிரச்சினைகளை தீர்க்க சுபிரியர், சுருகுகு என்ற புதிய பாட்ச் மலர் மருந்துகளும் உதவும். (இப்புத்தகத்தின் பாகம் 5-6 பார்க்கவும்)

கேள்வி: பின் என்னதான் செய்ய வேண்டும்?

பதில்: உன் பிரச்சினைகளை நீ கவனி. கவனித்துப்பார்.

"ஓகோ, பக்கத்து வீட்டுக்காரன் என் மீது உள்ள காழ்ப்பு உணர்ச்சியால் தெருவில் உள்ள எல்லோரிடமும் என்னைப் பற்றி இல்லாததையும் பொல்லாததையும் சொல்லி என் மீது அவதூறு கிளப்புகிறான்." என்று அந்த பிரச்சினையை மூன்றும் மனிதன் பார்ப்பது போல் கவனி.

உன் மீது அனுவசிய அவதூறு பரப்பும் பக்கத்து வீட்டுக்காரன் மீது உனக்கு கோபம், எரிச்சல் வரத்தான் செய்யும். ஆனால் கோபத்தில், எரிச்சலில் எதையும் செய்து விடாதே. (செய்தால் எரிகிற கொள்ளியில் எண்ணெயை ஊற்றுவது போல், நீ அதற்கு தூபம் போட்டுவிடுவாய்.) உனக்கு அவன் மீது கோபம் வெறுப்பு வந்தால் அதையும் (உன் மன நிலையை) கவனி. சாட்சி போல் பார். "எனக்கு அவன் மீது ஆத்திரம் வருகிறது."

இப்படி செய்து வந்தால், அந்த மனிதன் தானாகவே அடங்கி விடுவான். பிரச்சினை தீர்ந்துவிடும்.

இது எப்படி நடக்கிறது எனில் **கடவுள் நிகழ்காலத்தில் மட்டுமே இருக்கிறார். இதனால் அவருக்கு கவலை, கஷ்டம் பிரச்சினை கிடையாது. உண்டாகாது. உண்டாக்கவும் முடியாது.**

ஆகையால் உன் பிரச்சினைகள் தீர நீ நிகழ்காலத்தில் இருந்தால் (அதாவது உனக்கு பிரச்சினை இருக்கிறது என்று அதை கவனிக்க மட்டும் செய்தாலே) பிரச்சினைகள் ஒன்றுமில்லாமல் பஸ்பம் ஆகிவிடும்.

பிரச்சினைகளால், சந்தோஷத்தால், துக்கத்தால் உன் மனம் பாதிப்படையாமல் நீ இருந்தால் உனக்கு பிரச்சினைகளே வராது.

இதையேதான் பகவத்கீதையில் "சுகத்தையும் துக்கத்தையும் சமமாக பாவிப்பவனே எனக்கு மிகவும் பிடித்தவன்" என்று கண்ணன் சொல்கிறான்.

அப்படி இருந்தால் தான் நாம் நிகழ்காலத்தில் (அதாவது கடவுள் சன்னிதியில்) இருக்க முடியும். கடவுளின் அருகில் இருக்கும்போது எவனும் நம்மை எதுவும் செய்து விடமுடியாது.

நாம் நினைத்தாலும் கூட நம்மால் தவறு ஏதும் செய்ய முடியாது. கடவுள் சன்னிதியில், நாம் வேண்டுமென்றே தவறு செய்ய முற்பட்டால் கூட, கடவுள் பார்வையில் (சிவன் காமதேவனை எரித்தது போல்) அவை உருமாற்றம் அடைந்து நல்லதாக ஆகிவிடும், மாறி விடும்.

ஆபீஸிற்கு தினம் பஸ் அல்லது ஸ்கூட்டரில் செல்கிறீர்கள். சற்று உங்கள் மனதை அது எதைப் பற்றி சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறது என்று பாருங்கள். நிச்சயமாக நீங்கள் அச்சமயத்தில் ஸ்கூட்டர் ஓட்டிக் கொண்டிருப்பதைப் பற்றி இருக்கவே இருக்காது. ஆபீஸ் போனவுடன் செய்ய வேண்டிய வேலைகளைப் பற்றி அல்லது உங்கள் குடும்பம் பற்றி, மறுதினம் அல்லது பல வாரம் கழித்து நடக்கப் போவதைப் பற்றியே மனம் நினைத்துக் கொண்டிருக்கும். நீங்கள் உடனே ''இப்போது ஸ்கூட்டர் ஓட்டிக் கொண்டு ரோடில் சென்று கொண்டிருக்கும் கபாலீஸ்வரன் என்ற நான் அடுத்த வாரம் ஞாயிறு அன்று பிக்னிக் போவதைப் பற்றி நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறேன்'' என்று உங்களை (உங்கள் மனதை) நீங்கள் (வேறு ஒருவர் பார்ப்பது போல்) பார்த்து வர, இதனால் மனம் உடனே நிகழ்காலத்திற்கு 'ஆட்டோமேடிக்' ஆக வந்து விடும்.

சென்னையிலிருந்து பம்பாய்க்கு ரயிலில் போய்க் கொண்டிருக்கிறீர்கள். பம்பாய் சென்றடைந்த பிறகு அல்லது அங்கு வேலை முடிந்து திரும்பி வந்த பிறகு செய்ய வேண்டியவற்றைப் பற்றியே நீங்கள் நினைத்துக் கொண்டிருப்பீர்கள். அதாவது நிகழ்காலத்தைப் பற்றிய வரை நாம் எல்லோரும் இல்லாதவர்கள் ஆகி விடுகிறோம்.

'ஓ! திரும்பி வரும் பயணம் பற்றி இப்போது நான் நினைத்துக் கொண்டிருந்தேன்' என்று உங்கள் மனதை கவனியுங்கள். அப்போது' நீங்கள் ரயிலில் உட்கார்ந்திருப் பதையும் உங்கள் எதிரில், பக்கத்தில் பல சக பயணிகள் இருப்பதையும் காண்பீர்கள். ரயில் வேகமாக ஓடிக் கொண்டிருப்பதை உங்கள் மனம் பார்க்கத் தொடங்கும்.

இவ்வாறு செய்யும் முன்பு எதிரே சக பயணிகள் இருப்பதை உங்கள் கண்கள் பார்த்துக் கொண்டிருந்தாலும் உங்கள் மனம்

பம்பாயில் இருந்தது. அந்த மனதை கவனிப்பதால் மனம் உடனே நிகழ்காலத்திற்கு வந்து விடும். ரயிலுக்கு வெளியே உள்ள பரந்து விரிந்து கிடக்கும் ஆகாயம், நிலப்பரப்பு, மரம், செடி, கொடி ஆகியவற்றைப் பார்ப்பீர்கள். இதனுல் என்ன பயன் அல்லது பலன் என்ருல் இவ்வாறு நிகழ்காலத்திற்கு வந்தவுடன் ஏதோ உருப்படியான விஷயம் (idea)† உள்ள மனதில் தோன்றும். உடனே அதை செயல்படுத்த முயலாதீர்கள். மறுபடியும் உங்கள் மனதை ''எனக்கு கைரேகை புத்தகம் வாங்கி படிக்க வேண்டும் என்று தோன்றியது. பம்பாய் சென்றவுடன் நல்ல புத்தக கடைக்கு போய் கைரேகை புத்தகம் வாங்க வேண்டும் என்று என் மனம் இப்போது நினைக்கிறது'' என்று மறுபடியும் பம்பாய் புத்தக கடையில் இருக்கும் உங்கள் மனதை கவனியுங்கள். இப்படி உங்கள் மனதை நீங்கள் கவனித்தவுடன் மறுபடியும் மனது பம்பாய் புத்தக கடையிலிருந்து நிகழ்காலத்திற்கு கொண்டு வரப்பட்டு விடுகிறது. இதனுல் மறுபடியும் நீங்கள் அந்த ரயில் பெட்டியில் உங்கள் எதிரே கண்ணுலும், தவிர மனதாலும் பார்க்கிறீர்கள் (நிகழ்காலத்தில் இருக்கிறீர்கள்). எதிரே புத்தகம் படித்துக் கொண்டிருக்கும் ஒருவர் தன் கையில் உள்ள படித்து முடித்து விட்ட புத்தகத்தை பெட்டியில் வைத்து விட்டு வேறு ஒரு புத்தகம் எடுத்து படிக்கத் தொடங்குவதை கவனிக்கிறீர்கள்.

''என் எதிரே உள்ள இவர் படித்த புத்தகத்தை பெட்டியில் வைத்து விட்டு வேறு ஒரு புத்தகத்தை எடுத்து படிக்க ஆரம்பித்ததை நான் இப்போது பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறேன்.'' இன்று நீங்கள் கண்களால் பார்ப்பதை, உங்கள் மனதை கவனிக்கிறீர்கள். அதாவது மறுபடியும் நிகழ்காலத்திற்கு உங்கள் மனம் 'ஆட்டோமேடிக்' ஆக வந்து விடுகிறது.

இதன் பயனுக அவரிடம் ''நீங்கள் படிப்பது என்ன subject புத்தகம்?'' என்று கேட்க அவர் ''நான் எல்லா subjects களுமே படிப்பேன்'' என்று கூற, உடனே நீங்கள் ''எனக்கு படிக்க உங்களிடம் என்னென்ன subjects பற்றி உள்ளது?'' என்று கேட்க அவர் தன்னிடம் உள்ள எல்லா புத்தகங்களையும் எடுத்துப்

† இவ்வாறு (idea) தோன்றும் என்ற எதிர்பார்ப்புடன் உன் மனதை நீ கவனிக்கக் கூடாது.

போட்டு ''பாருங்கள்'' என்கிருர். நீங்கள் ஆச்சர்யத்தில் மூழ்குகிறீர்கள். ஏனெனில், அவற்றில் கை ரேகை புத்தகம் ஒன்றும் உள்ளது. அதை நீங்கள் கையில் எடுத்து அவரிடம் ''இதை படித்து விட்டு தருகிறேன்'' என்று சொன்னவுடன் அவர், ''அதை நான் கரைத்துக் குடித்தாகி விட்டது. நான் படித்த ஐம்பதிற்கு மேற்பட்ட கைரேகை புத்தகங்களில் இதுதான் சிறந்தது. அதில் உள்ள விஷயங்கள் எனக்கு அத்துப்படி. ஆகையால் தேவையாஞல் நீங்களே வைத்துக் கொள்ளுங்கள்'' என்று சொல்கிருர். மீதி உள்ள இருபது மணி நேர ரயில் பயணத்தில் நீங்கள் நேரத்தை வீணுக்காமல் அப்புத்தகத்தை படித்து முடித்து அதில் வரும் சந்தேகங்களுக்கு அவரது முப்பது வருட கைரேகை அனுபவத்தில் கற்றவற்றை மறு தினம் பம்பாய் செல்வதற்குள்ளாக கற்றுக் கொண்டு விடுகிறீர்கள்.

புத்தகம் கொடுத்த அந்த நபர் மேலும் சொல்கிருர்: ''நான் படித்து தெரிந்து கொண்ட எல்லாவற்றையும் எவருக்காவது சொல்லித் தர மாட்டோமா'' என்று காத்திருந்தேன் என்று சொல்லி உங்களுக்கு எல்லாவற்றையும் இலவசமாகவே சொல்லிக் கொடுத்து விடுகிருர். (More servants wait on man than he wil take notice of. Nature constantly works toward perfection. Nature's ways can not be improved upon - Emerson)

மறுதினம் பம்பாயில் இறங்கிய பிறகு அங்கு செய்ய வேண்டியதைப் பற்றியே நீ நினைத்துக் கொண்டிருந்தாயாஞல் (எதிர்காலத்திலேயே இருந்திருந்தால்) நிகழ்காலத்தில் தெரிய வந்த கைரேகை கற்றுக் கொள்வது, நிகழ்காலத்தில் உன் எதிரிலேயே இலவசமாக புத்தகமும் உன் சந்தேகங்களுக்கு விளக்கங்களும் கொடுக்கக்கூடிய நபர் உனக்கு இல்லாமல் போயிருக்கும்.

உன்னிடம் கூலி ஏதும் கேட்காமல் இலவசமாக உனக்கு தேவையானவற்றை, அவசியமானதை, முக்கியமானதை செய்து கொடுக்க நிறைய வேலைக்காரர்கள் உன்னிடம் இயற்கை தினம் தினம் அனுப்பிக் கொண்டே இருக்கிறது. ஆஞல் இவர்களைப் பற்றி தெரிந்து கொள்ள நீ நிகழ்காலத்தில் இருந்தால் தான் சாத்தியம்.

ஓர் உண்மை நிகழ்ச்சி.

கோபாலன் என்பவர் ஒரு வங்கியில் கேஷியர். இந்த புத்தகத்தை படித்து இதில் கூறியுள்ளபடி செய்து அபரிமிதமான பலன் கிடைத்தது பற்றி அவர் எமக்கு எழுதிய கடிதத்தை கீழே கொடுத்துள்ளோம்:

''டாக்டர் கிருஷ்ணமூர்த்தி அவர்களுக்கு, உங்கள் புத்தகத்தில் சொல்லியபடி தியான முறை பழகி வந்தேன். முதல் தினம் காலை எழுந்தவுடன் பேப்பர் படிக்க, வாசலில் பேப்பர் போட்டிருக்கிருனு என்று வாசல் பக்கம் போக நினைத்த நான், நான் நினைத்ததை (என்னையே நான்) கவனிக்க ஆரம்பித்தேன். 'வாசலில் பேப்பர் வந்திருக்கிறதா என்று போய் பார்க்க வாசல் பக்கம் கோபாலன் என்ற நான் போகிறுன்' என்று என்னை நான் கவனித்தேன். உடனே எனக்கு பல்லை முதலில் தேய்க்க வேண்டும் என்று தோன்றியது. பல் தேய்த்து முடித்ததும் நான் பிரஷ்ஷை அதன் இடத்தில் வைக்க முற்படும் போது 'நான் இந்த பிரஷ்ஷை அங்கு வைக்கிறேன்' என்று நான் செய்வதை கவனித்தேன். இதன் பின் தினம் காலையில் எழுந்தவுடன் நான் படிக்கும் காலை தினசரி ஞாபகத்திற்கு வந்தது. உடனே, 'நான் தினசரி படிக்க வேண்டும் என்று நினைக்கிறேன்' என்று நான் நினைப்பதை கவனித்தேன். என்ன ஆச்சர்யம்! அடுத்தபடியாக நேராக சமையலறைக்குச் சென்று என் மனைவிக்கு சமையல் வேலையில் உதவ வேண்டும் என்று தோன்றி அப்படியே செய்தேன். இதைப் பார்த்து ஆச்சர்யப்பட்ட என் மனைவி, 'இன்று உங்களுக்கு என்ன ஆகி விட்டது? நான் ஏதாவது அற்ப உதவி கேட்டால் கூட 'பேப்பர் படித்து விட்டு அரைமணி கழித்துதான் வருவேன்' என்று சொல்வீர்கள். இன்றைக்கு பேப்பர் இன்னும் வரவில்லையா?' என்று கேட்டாள். அவளுக்கு சில உதவிகள் செய்து முடித்தவுடன் நான் சமையலறையை விட்டு வெளியே வந்து குளித்து விட்டு ஆபீஸ் கிளம்ப முயற்சித்தேன். பாத்ரூமில் குளிக்கும் போது 'நான் இன்று பேப்பர் படிக்கவில்லை, மனைவிக்கு சமையலறையில் உதவி செய்தேன்' என்று நினைத்தேன். உடனே நான் இவ்வாறு நினைக்கிறேன் என்பதை (என்னை என் மனது நினைப்பதை, நானே கவனித்தேன்). உடனே எனக்கு ஒரு நல்ல விஷயம் தோன்றியது. செய்தித்தாள் வாங்கும்

காசில் பள்ளியில் படிக்கும் எனது குழந்தைகளுக்கு உருப்படியாக ஏதாவது செய்யலாமே என்று நினைத்து நான் மாதாமாதம் நூறு ரூபாய் செலவழித்து தினசரி வாங்குவதை அறவே நிறுத்தி விட்டு என் குழந்தையின் பெயரில் மாதம் ஐம்பது ரூபாய் அஞ்சலக மாதாந்திர தொடர் வைப்பு நிதி ஆரம்பித்தேன். மீதி ஐம்பது ரூபாய்க்கு பழைய புத்தக கடையில் **Child Psychology** என்ற புத்தகம் வாங்கி அதை படித்து அதில் சொல்லியபடி என் குழந்தையை நல்ல முறையில் கவனித்து, வளர்த்து அவனிடம் உள்ள குறைபாடுகளை நீக்கினேன். ஆறு மாதம் கழிந்தது. என் குழந்தையின் செயல், பேச்சு ஆகியவற்றில் ஏற்பட்ட மாற்றத்தைப் பார்த்து பல பெற்றோர்கள் அதிசயத்து போனார்கள். நான் அவர்களிடம், நான் 'சாட்சி பாவம்' என்ற தியானம் செய்ய ஆரம்பித்து அதன் பயனாக தினசரி படிப்பதை நிறுத்தி Child Psychology என்ற புத்தகத்தை வாங்கி படித்து அதன் மூலம் என் குழந்தையை வளர்க்க ஆரம்பித்த முறையை விளக்கிச் சொன்னேன். ஆனால் அவர்களோ அந்த புத்தகத்தை கையால் கூடத் தொடாமல் 'எங்களுக்கு அதெல்லாம் தெரியாது. அதை எல்லாம் படிக்க நேரமில்லை. எங்கள் குழந்தைகளை வாரம் மூன்று நாட்கள் மாலை ஓர் அரைமணி நேரம் உங்களிடம் அனுப்புகிறோம். நாங்கள் ஒவ்வொருவரும் மாதம் ஐநூறு ரூபாய் இதற்கென உங்களுக்கு கொடுக்கிறோம். எங்கள் குழந்தைகளை No.1 ஆக்குவது உங்கள் பொறுப்பு' என்று சொன்னார்கள்.

''மறு வாரத்தில் இருந்து இருபது குழந்தைகள் personality development-க்காக என்னிடம் வர ஆரம்பித்தனர். தினம் அரை மணி நேரம் மட்டுமே செலவழித்து மாதம் பத்தாயிரம் கௌரவத்துடன் சம்பாதிக்க ஆரம்பித்தேன்.''

''தினம் எட்டு மணி நேரம் என வேலை செய்து மாதம் ஆறாயிரம் மட்டுமே கிடைத்த கேஷியர் வேலையை உதறி விட்டேன். ஐந்து வருடத்தில் உங்கள் தியானப் பயிற்சியினால் எனக்கு பணம், பெயர், புகழ், கௌரவம் உயர்ந்து கொண்டே போகிறது. இத்துடன் உங்களுக்கு ஆயிரம் ரூபாய் குருதட்சணை அனுப்பி உள்ளேன். நன்றி''

இப்படிக்கு - P. கோபாலன்''

நாம் சுத்தமாக, சரியாக இருக்க கடவுள் அருகில் நாம் இருந்தால் போதும். அதாவது நிகழ்காலத்தில் இருந்தால் போதும். அப்படியிருக்க முயற்சி செய்தால், பழகினுல் அம்மை நோய் போன்று அருவருக்கத்தக்க செய்தித்தாள் படிப்பது, தினம் இரண்டு மணி நேரம் தொலைக்காட்சியில் சோப்பு, பற்பசை விளம்பரம் பார்ப்பது, வாராந்திர, மாதாந்திர புத்தகங்கள் ஆகியவற்றை நாம் 'ஆட்டோமேடிக்' ஆக உதறி விடுவோம்.

மேற்சொன்ன தியான முறையைதான் கௌதம புத்தர், ஏசு கிறிஸ்து, ஆதி சங்கரர், நபிகள் நாயகம் ஆகிய எல்லோரும் பின்பற்றினுர்கள்.

நீ ஒரு மகான் ஆவதற்கு நிகழ்காலத்தில் இருக்க முயன்று வா.

யஷும், அவராகம், கதிராஷ்டம் போன்ற அரிய மத நூல்கள் அநேகமாக எல்லா மதங்களிலிருந்தும் மறைந்து விட்டன. கதிராஷ்டம் என்ற மத நூலில் **இருபத்தி ஒன்பதாவது** அத்தியாயத்தில் **ஏழாயிரத்து ஐநூறுவது வரியில்** 'ஆனுகூல்யம்' என்ற வார்த்தை காணப்படுகிறது. இதற்கு லின்-யிடாங் என்ற சீன அறிஞர் எழுதிய உரையே அறிஞர்களால் ஒருமனதாக ஒப்புக் கொள்ளப்பட்டுள்ளன. அந்த உரையை தழுவியே மேற்சொன்ன க்ளெமடிஸ் விஷயங்கள் எழுதப்பட்டுள்ளன.

இராமாயணம், மகாபாரதம், திருக்குறள், பகவத்கீதை, பைபிள், குரான் ஆகிய நூல்களில் சொல்லப்பட்டுள்ள எல்லா நல்ல விஷயங்களும் ஒருங்கே அமையப் பெற்றதுதான் க்ளெமடிஸ் என்ற மருந்தின் நிகழ்காலத்தில் இருக்கும் தன்மை.

இவற்றையெல்லாம் ஒரே வாக்கியத்தில் அடக்கி தந்து விட்டார் மேதை எமர்சன்.

All spontaneous actions are graceful. (Emerson) இதுதான் எல்லா மத வேதங்களின் சாராம்சம்.

நீ spontaneous ஆக (எந்த முன்னேற்பாடு, திட்ட மில்லாமல்) செய்யும் செயல்கள் அபரிமிதமான, அளவுக் கதிகமான, நல்ல பலன்களை மட்டுமே கொடுக்கும்.

உனது செயல்கள் spontaneous ஆக இருக்க நிகழ்காலத்தில் இருந்தால் மட்டுமே சாத்தியமாகும்.

<u>முக்கிய குறிப்பு</u>: பக்கம் 20-21-ல் காணப்படும் திரு. கோபாலன் அவர்கள் செய்து வந்த தியான முறையை நீங்கள் பின்பற்ற (1) உங்கள் வியாதிகள் விரைவில் குணமாகி விடும்; (2) உங்கள் பிரச்சினைகள் எதுவாக இருந்தாலும் விரைவில் தீர்ந்து விடும்.

நோய் வந்தவுடன் அதற்கு என்ன மருந்து, எந்த டாக்டரிடம் செல்லலாம் என்று அடுத்த மணியில், நாளில் செய்ய வேண்டிய எதிர்காலத்தில் போய் உட்காராமல், நிகழ்காலத்தில் இருங்கள். 'நிகழ்காலத்தில் இருப்பது' என்றால் அந்த வியாதியை நீங்கள் பாருங்கள். தீராத தலைவலி என்றால் அந்த தலைவலியை கவனியுங்கள். ''எனக்கு தலையில் வலது பக்கம் இப்போது குத்துவலி. நேற்று இரவு பத்து மணியிலிருந்து தொடர்ந்து இருந்து கொண்டு இருக்கிறது. என் தலையில் (உங்கள் பெயர் மோகன் என்றால்) மோகன் என்ற நான் வலது பக்க தலையில் வலியுடன் இருக்கிறேன்' என்று சாட்சி பாவம் செய்யுங்கள். டாக்டரிடம் போக வேண்டாம் என்று நாம் சொல்லவில்லை. டாக்டரிடம் செல்லவேண்டும் என்ற நினைப்பு வந்தவுடன் ''மோகன் என்ற நான் காலை எழுந்தவுடன் டாக்டரிடம் செல்ல வேண்டும் என்று நினைக்கிறேன்'' என்று நீங்கள் நினைப்பதை பாருங்கள். காலை எழுந்தவுடன் டாக்டரிடம் செல்ல வீட்டை விட்டு கிளம்பு முன் (உங்கள் பக்கத்து வீட்டுக்காரன் உங்களை பார்ப்பது போல்) ''மோகன் என்ற நான் தலைவலிக்கு மருந்து வாங்க டாக்டரிடம் போக ஸ்கூட்டரை ஸ்டார்ட் செய்கிறேன்'' என்று கவனியுங்கள். இப்படி செய்து வர (அதாவது நிகழ்காலத்திலேயே இருந்து வர) பல சந்தர்ப்பங்களில் உங்கள் தலைவலி நீங்கள் அறியாமலேயே மறைந்து விடும்.

சற்று கவனமாக படியுங்கள். ''எனது தலைவலி டாக்டர், மருந்து ஏதுமில்லாமல் அதுவாகவே இப்போது மறையப் போகிறது'' என்று auto-suggestion செய்துகொள்ளுங்கள் என்று நாம் சொல்வதாக நீங்கள் நினைத்தால் அது மிகப்பெரிய தவறு.

நாம் எந்த முறையையும் (system) சிபாரிசு செய்யவில்லை. நாம் சொல்வதெல்லாம் நீங்கள் நிகழ்காலத்தில் மட்டுமே இருக்க முயலுங்கள்.

இதை நாம் சொல்லவில்லை. பகவத் கீதை மூன்றாவது அத்தியாயம், 40-43 சுலோகங்களில் ''இந்திரியாணி மனோ புத்தி...'' என்று பகவான் கண்ண பரமாத்மா சொல்கிறார்.

பகவத் கீதை மொத்தம் பதினெட்டு அத்தியாங்கள் அடங்கியது. ஒவ்வொரு அத்தியாயத்திற்கும் நானூறுக்கு மேற்பட்ட பக்கங்கள் அடங்கிய வால்யூம் ஆக வியாக்யானம் ஓஷோ எழுதியுள்ளார். ''பகவத் கீதை ஒரு தரிசனம் - அத்தியாயம் 3'' (ரூ.135 விலை உள்ள அதித பப்ளிகேஷன்ஸ் வெளியீடு) என்ற தமிழ் புத்தகம் வாங்கி படித்து பாருங்கள் (பக்கம் 405-411). நாம் செய்பவற்றை, நம்மை சுற்றி நம்மை பாதிக்கும்படியாக நடக்கும் விஷயங்களை நாம் சாட்சி பாவமாக கவனித்து வந்தால் நாம் விரைவில் கடவுள் சன்னிதானத்தில் நுழைந்து உன்னத நிலைக்கு வந்து விடுவோம்.

நீ உன் மனதை கவனித்து வருவதால் அகங்காரம் அழிந்து விடுகிறது. இதன் பயனாக இந்திரியங்கள் செல்லும் வழியில் மனம் போகாமல் பரமாத்மா பற்றி நினைப்பு நமக்கு 'ஆட்டோ மெடிக்'காக வந்து விடுகிறது.

'சாட்சி பாவம்' என்ற மேற் சொன்ன தியான முறையை செய்துவர தெய்வீக காட்சிகள் கிடைக்கும். இப்படி நேரும்போது கூட, 'ஹையா! எனக்கு கடவுள் தரிசனம் கிடைத்துவிட்டது' என்று சந்தோஷத்தில் துள்ளி குதித்தால் ''கடவுள் தரிசனம் கிடைத்து விட்டதை நினைத்து என் மனம் இப்போது சந்தோஷப்படுகிறேன், அகம்பாவம் உள்ளவனாக இருக்கிறேன்'' என்று நீ நினைப்பதை கவனித்து வா. இவ்வாறு பழகி வர நாம் கடவுளின் சன்னிதானமாகிய நிகழ்காலத்தில் வந்து விடுவதால் மிக உன்னத விஷயங்களை 'ஆட்டோ மேடிக்காக' செய்ய ஆரம்பிப்போம். ***நிகழ்காலம் என்ற கடவுள் சன்னிதானத்தில் இருப்பதால் 'எதிரி', 'நோய்', 'கஷ்டம்', 'கவலை' போன்ற சாத்தான்கள் வரவே முடியாது.***

மனிதர்களுக்கு கஷ்டங்கள் (வியாதி, தரித்திரம், பிரச்சினை) ஏன் ஏற்படுகின்றன, அவை தீர சரியான உண்மையான வழி என்ன என்பவற்றை தெரிந்து அவற்றை உலக மக்களுக்கு எடுத்துரைக்க வேண்டும் என்பதே இந்நூலாசிரியரின் வாழ்க்கை குறிக்கோள்.

நமது இலக்கை நோக்கி விரைவாக, சரியாக, மற்றும் முழுமையாக சென்றடைய **செஸ்ட்நட்பட், ஓக், வாட்டர் வயலெட்** ஆகிய மூன்று மலர் மருந்துகளையும் சேர்த்து தினம் ஒரு முறை (வேறு ஏதோ காரணத்திற்காக) சாப்பிட்டு வந்தபோது, அது நிறைவேறுவிட்டாலும் அதைவிட மிக உயர்ந்த விஷயமான 'மனிதர்களின் பிரச்சனைகளுக்குத் தீர்வு' என்ற எனது லட்சியம் நிறைவேறியது. அதுதான் இந்த புத்தகத்தில் சொல்லப்பட்டுள்ள தியான முறை.

இந்து மதத்தில் காயத்ரி தேவியை முதலில் வழிபட்டு (சந்தியாவந்தனம்) பிறகுதான் வேறு எல்லா கர்மாக்களையும் (தர்ப்பணம், ஹோமம்) செய்யவேண்டும் என்று சொல்வர். காயத்ரி மந்திரத்தை விட உயர்ந்தது எதுவுமில்லை.

ஆனால் கீதை என்பது காயத்ரியை விடவும் சிறந்தது. காயத்ரியை ஜபிப்பவன் முக்தி பெறுகிறான். உண்மைதான். அவன் மட்டும்தானே! ஆனால் கீதையை பாராயணம் செய்பவன் தானும் வீடு பேறு பெற்று பிறரும் வீடு பேறு பெற அருளுகிறான். முக்தி என்னும் சத்திரத்தையே திறந்து வைக்கிறான்.

பகவானைவிட கீதை பெருமை உடையது என்பதும் சரியே. பகவான் கூறுவதையே கேட்போமே!

கீதாஸ்ரயேऽஹம் திஷ்டாமி கீதா மே சோத்தமம் க்ருஹம் |
கீதாஜ்ஞானமுபாஸ்ரித்ய த்ரீந் லோகாந் பாலயாம்ஹம் ||

['கீதையை அண்டித்தானே நானே இருக்கிறேன்! அது தான் என்றும் உயரிய மாளிகை. அதன் துணைகொண்டு தானே மூவுலகையும் காக்கிறேன்'.] — வாயு புராணம்

பின் குறிப்பு: இப்புத்தகத்தில் விவரிக்கப்பட்டுள்ள தியான முறை பயில தொடங்கும் முன்பு 'குரு தட்சணை' இந்நூலாசிரியருக்கு செலுத்துவது சிறப்பாக இருக்கும்.

*பல்வேறு உலகியல்/ஆன்மீக விஷயங்களை போதித்த எமது ஆசிரியர்கள் சொல்லியதால் இதை எழுதுகிறோம். எல்லாம் சரியாக தொடர்ந்து நடைபெறும். பயம் வராது. **"குரு இல்லாத கல்வி பாழ்"** என்பதால் குருதட்சணை கொடுக்காமல் கற்றுக் கொண்டால் பிற்காலத்தில் 'பயம்' நம்மை கவ்விக் கொண்டு அதிலிருந்து விடுபட முடியாமல் ஆகி விடும். (சகஸ்ரதாரா: 13/21)*

இந்த தியான முறை செய்து வரும் முதல் மூன்று மாதங்களில் கீழ்க்கண்ட மருந்துகளை (காலை மட்டும் 2 மாத்திரை) சாப்பிட்டு வருவது நல்லது.

ஞாயிறு, திங்கள் செவ்வாய்: க்ளௌமடிஸ் 2 மாத்திரை.

புதன், வியாழன், வெள்ளி, சனி = சுருகுகு 2 மாத்திரை.

(மேற்கண்ட இரண்டு மருந்துகளையும் தபாலில் பெற ரூ.120/- M.O. செய்யவும்.)

முடிவுரை

''ஸ்ரீமத் பகவத் கீதா மஹாத்மியம்'' என்ற நூலில் (ஸ்லோகம் 7-8) ஸூதர் என்ற முனிவர் சொல்கிறார்: ''எவ்விடத்தில் கீதை புஸ்தகம் இருக்கிறதோ, எங்கே கீதா பாடம் நிகழ்கிறதோ, அவ்விடத்தில் இவ்வுலகிலுள்ள பிரயாகை முதலிய ஸகல தீர்த்தங்களும் எப்போதும் உறைகின்றன. கீதையைப் போற்றி படிப்பவனிடத்தில் எல்லா யோகிகளும் தேவர்களும் ரிஷிகளும் அவனை ரக்ஷித்துக் கொண்டு அவனிடம் வாஸம் செய்கின்றனர்.''

இப்புத்தகத்தை பாராட்டுவதாலோ, இந்நூலாசிரியரை புகழ்வதாலோ வாசகர்களுக்கு எந்த பலனுமில்லை. இதில் உள்ள தியான முறையை நடைமுறை வாழ்க்கையில் கடைப்பிடித்தால் தான் வாசகர்கள் பலனடைய முடியும்.

'ஸர்வஶாஸ்த்ரமயீ கீதா' (பீஷ்ம. 43/2) - 'அனைத்து அற நூல்களையும் தன்னுள் கொண்டது கீதை' என்றல்லவா ஸ்ரீ மஹாபாரதம் பகருகிறது. இங்ஙனம் கூறுவதும் போதாது. ஏனெனில், அனைத்து நூல்களும் வேதங்களினின்றும் தோன்றியவை; வேதங்களோ ப்ரும்மதேவனின் முகத்தினின்றும் வெளி வந்தவை. ப்ரும்ம தேவனோ பகவானின் உந்தித் தாமரையிலே உதித்தவன். இவ்வாறு சாஸ்த்ரங்கட்கும், ஸ்ரீபகவானுக்கும் இடையே பெருத்த இடைவெளி உள்ளது. ஆனால் கீதையோ பகவானின் திருமுகத் தாமரையினின்றும் வெளிவந்தது. ஆகவே இது அனைத்து சாஸ்திரங்களினும் மேம்பட்டது எனில் மிகையாகாது. ஸ்ரீபகவான் வேதவ்யாஸரே கூறுகிறார் :

கீதா ஸூகீதா கர்தவ்யா
கிமந்யை: ஶாஸ்த்ரஸங்க்ரஹை: ।
யா ஸ்வயம் பத்மநாபஸ்ய
முகபத்மாத்விநி:ஸ்ருதா ॥
[மகாபாரதம் (பீஷ்ம. 43/1)]

அனைத்து அறநூல்களினின்றும் பிழிந்தெடுக்கப்பட்ட ஒப்பற்ற சிறந்த கருப்பஞ்சாறு ஸ்ரீமத் பகவத் கீதை. எண்ணற்ற

அறநெறி நூல்களின் ஒரு கருவூலம் இதுவே எனினும் மிகையன்று. கீதையை ஒருவன் நன்கு தெளிவாகப் புரிந்து கொள்வானேயானால் அவனுக்கு எல்லா அறநூல்களின் அறிவும் தானே வந்தமையும். வேறு ஒரு முயற்சி தேவையில்லை.

ஸ்வீட் செஸ்ட்நட் மற்றும் க்ளெமடிஸ் (Comparison): கடவுளால் செய்யப்பட வேண்டிய வேலைகள் நடக்க நாம் ஸ்வீட் செஸ்ட்நட் சாப்பிடுவோம். (உதாரணம்: திருமணங்கள் சொர்க்கத்தில் நிச்சயிக்கப்படுகின்றன.)†

தனது பையன், பெண் திருமண வயதிற்கு வந்ததும் அவர்களின் பெற்றோர்கள் **ஸ்வீட் செஸ்ட்நட், வால்நட்** ஆகிய இரண்டு மருந்துகளையும் சேர்த்து தினம் காலை சாப்பிட்டுவர அற்புத பலன். சொந்த வீடு, பிராணிகள் வளர்ப்பது, குழந்தைகள் பிறப்பது ஆகியவை கடவுளின் திருவுள்ளப்படிதான் நடக்கும்.

ஆனால் உலகில் மனிதனால் செய்யப்பட வேண்டிய வேலைகளுக்கு க்ளெமடிஸ். [இதை சரியாக சொல்ல வேண்டுமானால் மனிதர்கள் மூலமாக கடவுளால் நடத்தப்பட வேண்டிய வேலைகள் சரிவர நடக்க, மனிதர்களாகிய நாம் திட்டங்கள் போட்டு அதற்கு குறுக்கே நிற்காமல் இருக்க க்ளெமடிஸ்.]

மனிதன் உலகில் தோன்றியது/பிறந்தது எதற்காக? அல்லது இப்பூமியில் அவன் செய்ய வேண்டியது என்ன?

மலர் மருந்துகளை கண்டு பிடித்த Dr. எட்வர்டு பாட்ச், M.B.B.S., F.R.C.S. சொல்கிறார்: ''உலகில் நாம் பல விஷயங்களை அனுபவத்தில் (practical) தெரிந்து கொண்டு, அனுபவங்களை இங்கேயே விட்டுவிட்டு (இறந்த பின்பு) அனுபவத்தில் உண்டான/தெரிந்துகொண்ட விஷயங்களை/பாடங்களை மட்டுமே எடுத்துச் செல்ல வேண்டும்.'

---

† திருமண வயது வந்த பெண்ணின் பெற்றோர்கள் தினம் ஒரு வேளை **ஸ்வீட் செஸ்ட்நட்** மற்றும் **வால்நட்** சேர்த்து சாப்பிட்டுவர சரியான, பொருத்தமான, நிறைய சம்பாதிக்கும், வரதட்சணைக் கொடுமை செய்யாத மாப்பிள்ளை 'ஆட்டோமேடிக்' ஆக உங்கள் பெண்தான் வேண்டும் என்று உன் வீட்டு கதவை தட்டுவான்.

இப்படி செயல்படும்போது தப்பு, தவறு வராமலிருக்க **க்ளைமடிஸ்.**

ரயிலில் தூர தேசத்திற்கு நாற்பத்தி எட்டு மணி நேரம் பயணம் செய்கிறீர்கள். ரயிலின் தரையை பெருக்குகிறீர்களா? நீங்கள் உட்காரும் இடத்தை அழகுபடுத்துகிறீர்களா? இல்லையே!

நீங்கள் மானேஜராக ஓர் அலுவலகத்தில் வேலை செய்கிறீர்கள். Asst. Director ஆக பதவி உயர்வு பெற Deptl. பரீட்சை எழுதி பாஸ் செய்த பிறகு எங்கோ தொலைதூரத்தில் உள்ள ஊருக்கு பயிற்சிக்கு அனுப்பப்படுகிறீர்கள். அங்கே உங்களுக்கென்று தங்க இடம் கொடுத்தாலும் அது temporary தான். Training class வகுப்பில் desk முன்பு உட்காருகிறீர்கள். அங்கு உங்கள் பொருள்களை வைத்து பூட்ட table டிராயர் கிடையாது. ஏனெனில் மாலையில் இன்னொரு batch trainees வருவார்கள். அது ஒரு training center தான். ஆகையால் உங்கள் குடும்பத்தையோ, டீ.வி., கட்டில் என எல்லாவற்றையும் எடுத்து போகவில்லை.

Training முடித்து ஊர் திரும்பிய பிறகு Asst. Director என்ற உயர் பதவி உங்களுக்கு கொடுக்கப்பட்டு உங்களுக்கென்று அறை ஒதுக்கப்படும். Table, drawer உண்டு. அதில் உங்கள் பொருட்களை பூட்டி வைத்துக் கொள்ளலாம். வேரு எவரும் அந்த அறையை உபயோகிக்க மாட்டார்கள். இது உங்களுடையது.

ஆனால் training centre-ல் எதுவும் உங்களுடையதல்ல. அதாவது அது நிரந்தரமல்ல. நிரந்தரம் என்பது திரும்பி வந்து Asst. Director ஆக பதவி ஏற்ற பிறகுதான். Training centre-ல் hostel அறையில் நீங்கள் தரையில் மொசைக் பதிப்பது கிடையாது. சுவருக்கு சுண்ணாம்பு அடிப்பதும் இல்லை.

இன்னும் சரியாக சொல்ல வேண்டுமானால் கார் ரிப்பேர் செய்யும் ஒர்க்ஷாப் மாதிரிதான் இந்த உலகம். ஒர்க்ஷாப் அழுக்காக, அசிங்கமாக, கன்னா பின்னா வென்றுதான் இருக்கும். அதை எவனும் அழகுபடுத்த மாட்டான். ஏனெனில் அது temporary abode.

இதேபோல் நமக்கு permanent இடம் மேலுலகத்தில் (கடவுள் சாம்ராஜ்யத்தில்) தான் இருக்கிறது. அங்கு நாம் வகித்த பதவியை விட உயர்ந்த பதவி பெற இவ்வுலகில் training பெற temporary ஆக வந்து தங்குகிறோம். அவ்வளவுதான்.

ஆனால் முட்டாள் மனிதன் அறிவிழந்து என்ன செய்கிறான்? சொந்தவீடு வாங்கியாகிவிட்டது. அப்பாடி! MBA பாஸ் செய்து விட்டேன். அப்பாடி! பெண்ணிற்கு மாப்பிள்ளை பார்த்து திருமணம் செய்துவிட்டேன். இனி 'ஹாய்'யாக இருக்கலாம் என்று உளறுகிறான். இவன் வந்த வேலையை மறந்து விடுகிறான். அதை செய்யாமல், படிப்பு, உயர்ந்த பதவி, பெண் திருமணம், சொந்த வீடு என்று மட்டுமே செய்து வந்தால், இறந்த பிறகு மேலுலகில் மறுபடியும் அதே மானேஜர் பதவிதான். உன்னுடன் உலகிற்கு வந்து training முடித்து திரும்பியவர்கள் மேலுலகில் Asst. Director ஆக பதவி உயர்வு பெற்றிருப்பர். ஆனால் நீயோ இன்னும் அதே மானேஜர் பதவிதான். ஏனெனில் நீ training centre-ல் சைபர் மார்க்தான் வாங்கினாய்.

அப்படியெனில் உலகில் நாம் செய்ய வேண்டியது என்ன?

Training centreல் நீ எந்த உரிமையும் கொண்டாடவில்லை. அங்குள்ள ப்யூன், வாட்ச்மேன் உனக்கு சலாம் கூட போட மாட்டான். ஏனெனில் நீ ஒரு student. வாத்தியாருக்குத்தான் ப்யூன், வாட்ச்மேன் சலாம் போடுவான்.

பள்ளியில் படிக்கும் மாணவர்களை அதட்டுவான்.

ஆகையால் இவ்வுலகில் நீ உன் கீழ் நிறைய ஆட்கள் வைத்து வேலைவாங்கி நீ boss என்று திரிந்தால் உன்னைவிட முட்டாள் எவனும் இருக்க முடியாது.

Training centre என்ற இந்த உலகில் முடிந்தவரை எதையும் உரிமை கொண்டாடாதே. சொந்தம் கொண்டாடாதே! அவை உனது permanent belongings அல்ல.

Asst. Director ஆக பதவி உயர்வு பெற training centre-ல் நீ எவ்வளவு கற்க முடியும் என்பதில்தான் கவனமாயிருக்க வேண்டுமே அன்றி, நீ தங்கும் ஹாஸ்டல் அறையை அழகுபடுத்தவோ, உனக்கு எல்லோரும் எவ்வளவு மரியாதை

தருகிறார்கள் என்பதையோ பார்க்கமாட்டாய். ஹாஸ்டல் சாப்பாடு நன்றாக இல்லாவிட்டாலும் பல்லை கடித்துக்கொண்டு இருக்கிறாய்.

இதேபோல் மேலுலகிலிருந்து, training centre என்ற பூமிக்கு வந்த நாம் எவ்வளவு பணம் சம்பாதிக்கலாம், சேர்க்கலாம் என்பதில் நிறைய கவனம் செலுத்தினால் இந்த உலகத்தை விட்டு சென்றபின்பு (இறந்த பிறகு) மேலுலகில் மறுபடியும் மானேஜர் பதவிதான்.

Training centre-ல் வாட்ச்மேனுக்கு டிப்ஸ் கொடுத்து உனக்கு தினம் அவனை சல்யூட் அடிக்கச் செய்வதால் என்ன பயன்? Training centre-ல் நடைபெறும் வகுப்பில் மட்டுமே உன் கவனம் இருக்க வேண்டும். ஹாஸ்டல் சுவர் இடிந்த கட்டிடமா, ஒழுகுகிறதா என்பதில் கவனம் தேவையில்லாத ஒன்று. எல்லோரும் பாராட்டும்படி dress தேவையில்லாதது. ஏசு கிறிஸ்து, வால்மீகி ஆகியோர் சொந்த வீடு கட்டவில்லை.

கேள்வி: அப்படியெனில் உலகில் நான் செய்ய வேண்டியது — training course என்ன? எப்படி?

பதில்: training course எது, என்ன படிக்க வேண்டும் என்பதை தெரிந்து கொள்ள, உலகில் உள்ள விஷயங்களில் (watchman, ஹாஸ்டல் கட்டிடம், கான்டீன் சாப்பாடு) ஈடுபாடுகளை நீ முதலில் குறைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

வசிக்க வீடு தேவைதான். சொந்தவீடு (பரம்பரையாக வந்தால் அல்லது) அமைந்தால் சரி. சொந்த வீட்டில் இருப்பதால் சௌகர்யம் அதிகம் என நினைக்காதே. (எவரும் சொந்த வீடு வாங்க முயற்சிக்க கூடாது என்றோ சொந்த வீட்டில் வசிக்கக் கூடாது என்றோ நாம் சொல்வதாக வாசகர்கள் தவறாக முடிவு கட்ட வேண்டாம்.) ''சொந்த வீடு என்றால் (எவரும் நம்மை சட்டியை தூக்கு என்று சொல்லமுடியாதல்லவா) நிம்மதியாக இருக்கலாமே'' என்று இதில் நிம்மதியை காண முயன்றால் training course பற்றி மறந்தே போய் விடுவாய்.

உலக விஷயங்களில் ஓர் அளவுக்கு மேல், தேவைக்கு மேல் ஈடுபாடு கொள்ளாதே. உன் பையன் first rank-ல் வந்தால் வரட்டும். அதை நீ வேண்டாம் என்று சொல்லப் போவதில்லை. அதே நேரத்தில் அவன் பெயிலானால் அதற்காக தலையில் கையை வைத்துக் கொண்டு உட்காராதே.

இவற்றில் அவ்வளவாக ஈடுபாடு கொள்ளக்கூடாது எனில் இவற்றை காட்சி பாவமாக கவனி, அப்போது தான் உன் training course எது என்று தெரியவரும். அதை 'ஆட்டோமேடிக்' ஆக செய்ய ஆரம்பித்து விடுவாய்.

கடவுள் ராஜ்ஜியத்தில் உனக்கு Asst. Director ஆக பதவி உயர்வு கிடைக்க நீ கடவுள் தன்மையான வேலைகளை செய்யவேண்டும்.

கேள்வி: அப்படியெனில் நான் இனிமேல் தினம் அலுவலகம் செல்லாமல் பூஜை, ஜபம் என மட்டுமே செய்ய வேண்டுமா?

பதில்: மறுபடியும் முட்டாள் தனமான கேள்வியையே கேட்கிறாய். It is not a question of becoming. It is a question of being. ஏதோ ஒன்றை திட்டமிட்டு அந்த குறிக்கோளை அடைய என்ன செய்ய வேண்டும் என்று கேட்பதைப் போல் இருக்கிறது. **முதலில் ஒன்றை தெரிந்து கொள். 'நிகழ்காலத்தில்' இருக்க எதையும் திட்டமிடாமல் இருப்பது தான் முதல் மற்றும் கடைசி பாடம்.** Nature hates our systems. Things would have been far better if our educational institutions and libraries are burnt down என்று எழுதுகிறார் மேதை எமர்சன்.

கொசு தொல்லை இல்லாமல் இருக்க கொசுவை அழிப்பதோ அல்லது அவற்றை விரட்டுவதோ அல்ல. அவற்றை உண்டாக்காமல் இருப்பது தான். (தண்ணீர் எங்கும் குட்டையாக தேங்காமலும் மேல்நிலை தண்ணீர் தொட்டிகளை மூடிபோட்டும் வைப்பதும் தான்.)

நீ ஏதாவது plan செய்தால் அது குட்டை, சேறுகத் தான் ஆகும். (Nature's ways cannot be improved upon). கொசுதான் உற்பத்தியாகும்.

எதிர்காலத்திற்கு திட்டமிட்டு செயல்படுவதால் இது உனக்கும் கடவுளுக்கும் இடையில் திரையாக வந்து கடவுள் மறைந்து விடுகிறார். இதுதான் மாயத்திரை.

Every scientific invention carries a sting on its tail. நீ ஏதாவது செய்தால், செய்ய நினைத்தால் அதனால் ஏற்படும் நற்பயனைவிட, அதன் chronic after-effects பன்மடங்கு கொடியதாகத்தானிருக்கும்.

'எதிர்காலத்திற்காக' (அதாவது திட்டமிட்டு) செய்வதால், நிகழ்காலத்தில் ஒருவன் இல்லாதவனாக, இறந்தவனாக ஆகிவிடுகிறான். இறந்து விட்ட மனிதன் (பிணம்) எழுந்து வேலைசெய்தால் அதை எல்லோரும் 'பிசாசு' 'பேய்' 'அடித்து விரட்டு' என்பர். இதனால்தான் மனிதர்களுக்குள் சண்டை, திருடன்-போலீஸ் இத்யாதி, இத்யாதி...

இப்புத்தகம் எழுவதற்கு முன் இந்நூலாசிரியர் திட்டம் ஏதும் தீட்டவில்லை. இப்படியெல்லாம் எழுதவேண்டும் என எதிர்பார்த்து எழுதவில்லை. தேவையான விஷயங்கள் (materials) அதுவாக 'ஆட்டோமேடிக்' ஆக தொடர்ந்து, கோர்வையாக வந்தது புத்தகம் தயாரானது.

பகவத் கீதை பதினெட்டு அத்தியாயங்களில் உள்ள விஷயங்களையும் திருக்குறள் 1330-ஐயும் எமர்சன் கீழ்க்கண்ட ஒரே வாக்கியத்தில் அடக்கி விட்டார்.

All spontaneous actions are graceful.

'Graceful' என்பதற்கு பலவாறு அர்த்தம் கூறலாம். மிக்க மகிழ்ச்சி அளிக்கக் கூடிய (மகிழ்ச்சி என்பதில் நிறைய பணம், பொருள், சந்தோஷம், உற்சாகம், திருப்தி, பெருமை, அழகு, இனிமை, இன்னும் பலப் பல, எல்லாம் எல்லையில்லாத அளவு—infinite—என்று அர்த்தம் கொள்ள வேண்டும்.)

கடவுள் (இயற்கையில் உள்ள மரம் காய்ப்பது, செடிகொடிகள் பூத்துக் குலுங்குவது, மழை ஆகிய எல்லாமே) spontaneous ஆகத்தான் செய்கிறார்.

பகவத் கீதை உசத்தியா, அல்லது அதை ஒரே வாக்கியத்தில் ('All spontaneous actions are graceful' *என்று) அடக்கிய எமர்சன் எழுத்துக்கள் உசத்தியா என்ற* comparison-*க்கு இடமேயில்லை. ஏனெனில் இரண்டுமே* spontaneous *ஆக எழுதப்பட்டதுதான். ஆகையால் அவை இரண்டையுமே தராசின் ஒரே தட்டில் வைக்கலாம்.*

பின் ஏன் இரண்டு விதமாக அவை சொல்லப்பட வேண்டும். Nature produces in abundance. *ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் ஒவ்வொரு விதமாக சொன்னால் தான் புரியும்.*

பகவத் கீதைக்கு பலவாறு, பலவிதத்தில் விளக்கம், அர்த்தம் சொல்லி அவரவர்க்கு ஏற்றபடி புரிய வைக்கலாம்.†

பகவத் கீதையில் பகவானே இதை செய்துள்ளார். பதினெட்டாவது அத்யாயத்தில் (பூய ஸ்ருணு) "இப்போது நான் சொல்லப்போவதை முன்பே கூடக் கூறியிருக்கிறேன் (9/34; 12/6,7: 18/56,57). ஆனால் நீ (அர்ஜுனா) அதை மனதில் நன்கு நிலை நிறுத்திக் கொள்ளவில்லை. ஆகவே மிக விழுமிய அவ்வுபதேசத்தைப் பிற உபதேசங்களிலிருந்தும் வேறுபடுத்தி, மறுபடியும் கூறப்போகிறேன். கவனமாகக் கேட்டு மனதில் நிலை நிறுத்திக்கொள்" என்ற கருத்தைத் தெரிவிப்பதற்காக அவரை 'மீண்டும் கேட்பாயாக' என்று சொல்லத் தொடங்குகிறார்.

பகவத் கீதை பதினெட்டு அத்தியாயத்திற்கும் ஒரே அர்த்தம் தான். மனிதர்கள் பல விதம் என்பதால் பல வித அத்தியாயமாக சொல்லப் படுகிறது.

---

†"THE HOLY GITA - Commentary by Swami Chinmayananda" *என்ற புத்தகத்திற்கு 60 மார்க் வரை கொடுக்கலாம். ஓஷோவிற்கு (பகவத்கீதை-ஒரு தரிசனம்) 83 மார்க்கு கொடுக்கலாம். பகவத் கீதையை முழுமையாக, 100 சதவிகிதம் சரியாக புரிந்துகொள்ள* ***க்ளெமடிஸ்*** *என்ற மலர் மருந்தின் பாசிடிவ் தன்மை நமக்கு உதவும். (இதேபோல் பகவத் கீதை அத்தியாயம்* - Chapter 3: *ஸ்லோகம் 35-ல் கூறப்பட்டுள்ள 'ஸ்வதர்மம்'—நாம் செய்ய வேண்டிய வேலை என்ன வென்று தெரிந்து கொள்ள ஸ்வாமி சின்மயானந்தா உரை 60% வரை நமக்கு புரிய வைக்கிறது. ஓஷோவின் 'பகவத் கீதை ஒரு தரிசனம்' - அத்தியாயம் 3 — 83% வரை புரியவைக்கிறது. ஆனால்* ***வைல்டு ஓட்*** *என்ற மலர் மருந்தின் துணையால் நூறு சதவிகிதம் புரிந்து கொள்ளலாம்.*

பகவத் கீதைக்கு உரை எழுதிய அன்னிபெஸன்ட் அம்மையார், டாக்டர் ராதாகிருஷ்ணன் போன்ற்ரோர் கூட 'எனக்கு தெரிந்தவரையில் அர்த்தம் எழுதியுள்ளேன்' என்றுதான் சொல்லி யுள்ளனர்.

ஏனெனில் பகவான் (மற்றும் அவரது செயல், அவர் இயற்றிய பகவத்கீதை ஆகியவை) ஆழம் காண முடியாதவை. எவ்வளவு ஆழமாக வேண்டுமானாலும் போகலாம்.

பகவான் ஸர்வ வல்லமை படைத்தவர். எல்லாவற்றிற்கும் ஆதாரமானவர். எல்லாம் அறிந்தவர். எல்லோருக்கும் அந்தர்யாமி. எங்கும் நிறைந்தவர். எல்லோரையும் ஆள்பவர். அதிசயிக்கத்தக்க ஸௌந்தர்யம், மாதுர்யம், ஐசுவர்யம் (அழகு, இனிமை, ஆளுமை) முதலிய நற்பண்புகளின் ஆழம் காண முடியாத கடல் என்றறிந்து அநன்யமான ப்ரேமையுடன் சஞ்சல மின்றி, மனதை பகவானிடம் நிலைத்து நிற்கச் செய்ய வேண்டும்.

பகவத் கீதை அத்தியாயம் 4-ல் நாம் சாட்சி பாவம் செய்யவேண்டும் என்பதை (க்ளெமடிஸ் பாசிடிவ் தன்மை) கண்ணபிரான் சொல்கிறார்.

கர்மண்யகர்ம ய: பச்யே-தகாமணி ச கர்ம ய: ।
ஸ புத்திமான்...

கருமம் செய்தலில் கருமஞ் செய்யாத நிலையையும் கருமஞ் செய்யாத நிலையில் கருமம் நிகழ்தலையும் எவன் காண்கின்றானோ அவன் மனிதர்களுக்குள் புத்தியிற் சிறந்தவன்; அவன் யோகி; செய்யவேண்டுவன அனைத்தும் செய்து முடித்தவன்.

எவனுடைய எல்லா கருமங்களும், ஆசையும், அதற்குக் காரணமான ஸங்கல்பம் அற்றனவோ, ஞானத்தீயில் பொசுங்கிய வினைகளையுடைய அவனை அறிவாளிகள் பண்டிதன் என்று கூறுவர்.

(பகவத் கீதை அத்யாயம் 4:18/19)

''ஸங்கல்பமும் அற்றனவோ.'' திட்டமிட்டு (plan) வேலை செய்யாததை குறிக்கிறது.

நிவ்ருத்திரபி மூடஸ்ய ப்ரவ்ருத்தி-ருபஜாயதே! ப்ரவ்ருத்தி ரபிதீரஸ்ய நிவ்ருத்திபல-பாகினீ — அஷ்டாவக்ர கீதை

'எது நல்லது, எது கெட்டது, என்ன செய்ய வேண்டும், செய்யக் கூடாது என்ற தலைவலி பாடங்கள் உனக்கு வேண்டாம். உனக்கு என்ன நினைப்பு வந்தாலும், உன்னைப்பற்றி, உன்னை சுற்றி (உன்னை பாதிக்கும்) விஷயங்கள் எது நடந்தாலும் அதற்கு பிரதிபலிப்பு (reaction) உண்டாகி எதுவும் செய்ய முற்படாதே! சாட்சி பாவமாக அவற்றைப் பார்.

<u>க்ளெமடிஸ் மற்றும் வைல்டு ரோஸ்</u>: இரண்டும் வெவ்வேறு என்றாலும் இரண்டிற்கும் (பெரிய வித்தியாசம் கிடையாது) ஒரு ஒற்றுமை உண்டு.

'கடவுள் சன்னிதி' என்பது க்ளெமடிஸ் என்ற இங்கிலாந்து மலர் மருந்தின் 'பாசிடிவ்' தன்மையாகும்.

அந்த சன்னிதியில் இருப்பதால் உண்டாவது enjoyment. கடவுள் பார்வை இல்லாமல் எல்லையில்லாத சொத்திற்கு அதிபதியாக முடியாது. **எல்லையில்லாத சொத்திற்கு அதிபதி என்பது க்ளெமடிஸ். அதை அனுபவிப்பது என்பது வைல்டு ரோஸ் என்ற மலர் மருந்தின் தன்மை.**

கடவுள் எல்லாவற்றையும் (மழை, பழம், தானியம்) நமக்கு கொடுத்துக் கொண்டேயிருக்கிறான். மாறாக நாம் எதையும் கொடுப்பதில்லை. கொடுக்க முடியாது. பிரதிபலன் பார்க்காமல் கடவுள் கொடுக்கிறான். இதுதான் grace எனப்படுவது.

ஆகையால் கடவுள் தன்மையை நீ அடைய உன்னிடமுள்ளதை பகிர்ந்தளித்தால்† தான் பூரண சுகம், enjoyment.

இது பற்றி இப்புத்தகத்தின் அடுத்த பாகங்களில் பார்ப்போம்.

இப்புத்தகத்தின் முந்தைய பதிப்பு ஒன்றை படித்த வாசகர் திருமதி பத்மாவதி சொல்கிறார்:

''உங்கள் புத்தகம் (இங்கிலாந்து மலர் மருந்துகள் பாகம்-7) படித்து க்ளெமடிஸ் பாசிடிவ் தன்மைகளை நடைமுறை வாழ்க்கையில் கொண்டு வர முயற்சி செய்து அதியற்புத பலன்கள் எனக்கு கிடைத்தது.

---

† If you care only for those whom you love why should you receive God's gift?—*Bible.*

''காலையில் படுக்கையை விட்டு எழுந்திருப்பது எனக்கு சிரமமாக இருக்கும். 7 மணிக்கு மேல் தான் எழுந்திருப்பேன். காலையில் 5-30 அல்லது 6 மணிக்கு விழிப்பு வந்தாலும் கூட உடனடியாக எழுந்து அன்றாட வேலைகளை செய்ய முடியாமல் சோம்பேறித்தனம், அசதி போன்றவை இருக்கும்.

''முதல் தினம் 5.30 மணிக்கு விழிப்பு வந்தபோது இன்னும் ஒரு மணி நேரம் கழித்து எழுந்திருக்கலாம் என்று நினைத்து மறுபடியும் படுக்கையில் சாயந்தேன். உடனடியாக நீங்கள் எழுதியபடி, 'அசதியாக இருக்கிறது; இன்னும் ஒரு மணி தூங்கலாம்' என்று நான் நினைப்பதை கவனித்தேன். உடனடியாக தூங்கிவிட்டேன். 6.15-க்கு விழிப்பு வந்தது. பாத்ரூம் போக வேண்டும் என தோன்றியது. 'பாத்ரூம் போக வேண்டும் என நினைக்கிறேன்' என்று நான் நினைப்பதை கவனித்தேன். ஐந்து நிமிடம் கழித்து 'ஆட்டோமேடிக்' ஆக எழுந்து எல்லா வேலைகளையும் செய்ய ஆரம்பித்தேன். மூன்று தினம் காலை கண் விழித்ததும் இது போல் செய்ய, இப்போதெல்லாம் 5.30-க்கு எழுந்து வேலை செய்ய ஆரம்பிக்கிறேன். நிற்க.

''எனக்கு நீண்ட வருட காலமாக வயிறு வாய்வு தொந்தரவு. இதற்கு அப்போதைக்கப்போது ஜெலூஸில் சாப்பிடுவேன். சில சமயங்களில் இது கேட்காமல் ஆசுபத்திரியில் அட்மிட் ஆகி ரானிடிடீன் என்ற இஞ்செக்ஷன் போட்டுக் கொண்டால்தான் சரியாகும்.

''இப்போதெல்லாம் எனக்கு வயிறு தொந்தரவு உண்டாகும் போது ஜெலூஸில் சாப்பிட எத்தனிக்கும் போது ''நான் ஜெலூஸில் சாப்பிட வேண்டும் என நினைத்து மருந்து வைத்துள்ள அலமாரி பக்கம் செல்கிறேன்'' என்று என் மனதை கவனித்தேன். உடனே அலமாரி பக்கம் செல்வது தடைபட்டு சுக்கு பவுடர் ஞாபகம் வந்து அதை வென்னீருடன் சாப்பிட்டு நிவாரணம் கிடைத்தது. அடுத்த தடவை வாய்வு தொந்தரவு ஏற்பட்ட போது ''எனக்கு வாய்வு தொந்தரவு வந்துள்ளதை நான் நினைக்கிறேன். இதற்கு ஏதாவது மருந்து சாப்பிடவேண்டுமென்று நினைக் கிறேன்'' என்று என் மனதை (நான் அடுத்த நிமிடம் மருந்து சாப்பிட வேண்டியது பற்றி நினைப்பதை) கவனித்தேன். சிறிது நேரத்தில் வயிறு உபத்திரவம் குறைந்தது.

''மருந்து சாப்பிடாமலேயே (நான் மருந்து சாப்பிட வேண்டும் என்ற தீர்மானித்ததை கவனித்ததால்) வாய்வு தொந் தரவு நீங்கியதை எண்ணி ஆச்சர்யப்பட்டு மகிழ்ச்சியுற்றேன். உடனே நான் ''மருந்தில்லாமல் வாய்வு உபத்திரவம் (**க்ளெமடிஸ்** பாசிடிவ் தன்மை நடைமுறை தியானத்தினுல்) குறைந்ததை நினைத்து நான் ஆச்சர்யப்படுகிறேன்'' என்று என் மனதை கவனித்தேன். பிறகு வேறு வேலைகளை கவனிக்க முற்பட்டேன். அடுத்த ஐந்தாவது நிமிடத்தில் எனக்கு சட்டென்று ஒரு விஷயம் ஞாபகத்திற்கு வந்தது. எப்போதோ (பல வருடம் முன்பு) ஒரு முறை என் தங்கை என்னிடம் சொல்லியது 'பளிச்'சென்று மனதில் தோன்றியது. ''நம் குடும்பத்தில் எல்லோருக்குமே வாய்வு தொந்தரவு. பச்சரிசி சாதம் ஓரே 'வாய்வு.' இப்போ தெல்லாம் எங்கள் வீட்டில் புழுங்கலரிசிதான் சமைக்கிறேன். இதனுல் வாய்வு தொந்தரவு சிறிதும் இல்லாமல் இருக்கிறேன்'' என்பது தான் அவள் சொல்லிய விஷயம்.

''உடனே நான் 'என் தங்கை சொல்லிய பச்சை அரிசி என்பது வாய்வு, புழுங்கலரிசி அப்படியில்லை' என்று நினைவுக்கு வந்ததை (என் மனம் எண்ணுவதை) கவனித்தேன். பிறகு என் வேலைகளை கவனித்தேன். மதியம் 3 மணிக்கு தொலைக்காட்சியில் சீரியல் பார்க்க உட்கார்ந்தேன். அதில் இடையில் பற்பசை விளம்பரம் வரும்போது ''டீ.வி.யில் பற்பசை விளம்பரத்தை நான் பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறேன்'' என்று நான் செய்வதை கவனித்தேன். சில நிமிடம் கழித்து நான் டீ.வி.யை நிறுத்திவிட்டு 'ஆட்டோமேடிக்' ஆக கடைக்குப் போய் புழுங்கலரிசி வாங்கி வந்தேன். இப்போதெல்லாம் பச்சை அரிசி சாதம் வீட்டில் கிடையாது. புழுங்கலரிசிதான். எனது வயிறு தொந்தரவு, வாய்வு இருந்த இடம் தெரியவில்லை.''

மேற்சொன்ன பத்மாவதி என்பவரின் கடிதத்திலிருந்து நாம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியது இது தான்:

நீ நினைப்பதை, நாளை செய்யவேண்டியதை திட்டமிடுவதை, உன் மனதை, நீ செய்யப்போவதை சாட்சி பாவத்துடன் பார்க்க நல்ல விஷயங்கள் 'ஆட்டோமேடிக்' ஆக மனதில் தோன்றி அதை 'ஆட்டோமேடிக்' ஆக செயல்படுத்தியும் விடுவாய். அதில் தவறு, கஷ்டம், நஷ்டம் வராது.

வேலை ஒன்றுமில்லாமல் நீங்கள் சும்மா இருந்தால் கூட உங்கள் மனம் எங்கோ சிறகடித்து பறந்து கொண்டிருக்கும். பாத்ரூமில் குளித்து விட்டு துண்டால் உடலை துடைத்துக் கொள்ளும்போது 'ஆபீஸ் சென்றவுடன் அந்த வேலையை அப்படி செய்து முடிக்கவேண்டும்' என்பது போன்ற எதிர்காலத்தில் தான் மனம் இருக்கும். உடனே நீங்கள் கையில் வைத்திருக்கும் துண்டை, அதன் நிறத்தை பாருங்கள். ''இந்த பாத்ரூமில் சுவரில் டைல்ஸ் பதித்திருக்கிறான். ஆறு அடி உயரம் வரை பதித்திருக்கிறான்'' என்று கவனியுங்கள். பாத்ரூம் பைப், வாளி ஆகியவற்றை குளிக்கும்போது பாருங்கள்.

வீட்டில்/அலுவலகத்தில் உட்கார்ந்திருக்கும் போது வேலை ஒன்றுமில்லாவிட்டாலும் கூட சுவரில் உள்ள படத்தை பாருங்கள். 'நான் சுவரில் உள்ள படத்தை பார்க்கிறேன்; அதில் கோபுரம், குளம், அதன் கரையில் செடி, மரம் இருக்கிறது' என்று கவனியுங்கள். இது உங்கள் மனதை நிகழ்காலத்திற்கு விரைவில் இழுத்து வந்து விடும்.

உங்களுக்கு எதிர்காலம் பற்றி ஏதாவது நினைப்பு வரும்போது, அல்லது இந்த வேலையை 'இப்படி' செய்ய வேண்டும் என நினைக்கும் போது உங்கள் மனதை (அது எண்ணுவதை) நீங்கள் கவனிக்க, அந்த திட்டம் உங்களுக்கு தோல்வி, கஷ்டத்தை உண்டு பண்ணும் என்றால் அந்த திட்டம் மீண்டும் மனதில் தோன்றாது. வேறு நல்ல திட்டம் 'பளிச்' என மனதில் தோன்றும்.

நம் மனம் திட்டமிடுவதை நாமே கவனிக்கும் போது நமது மனம் நிகழ்காலத்திற்கு வந்து விடுவதால் (கடவுள் சன்னிதானம் என்பதால்) நமது திட்டம் சரிவராது எனில் 'ஆட்டோமேடிக்' ஆக கடவுள் பார்வையில் பஸ்பமாகி விடுவதால் அதைப் பற்றி நினைப்பதை மனம் நிறுத்திக் கொண்டுவிடும்.

ஆனால் இதற்காக எவரும் ''எனக்கு நல்ல, உபயோகமான விஷயங்கள் தெரிய சாட்சி பாவமாக என்னை கவனிக்கிறேன்'' என்ற எதிர்பார்ப்புடன், சங்கல்பத்துடன் சாட்சி பாவம் செய்யக் கூடாது. நாம் சொல்லி கடவுளுக்கு தெரிய வேண்டியது ஒன்றுமில்லை.

Tail Piece *(பின் சேர்க்கை:)*

(1) *'குரு தட்சணை' (எவ்வளவு கொடுக்க வேண்டும்) என்பதை ''அவரவரது தகுதிக்கேற்ப'' என்று படிக்க வேண்டும்*

(2) "Man proposes, God disposes' *என்பதற்கு அர்த்தம், ''கடவுளின் வழிகள் மனிதர்களின் வழிகள் அல்ல'' (புனித* ***பைபிள்)***

(3) *''கடவுள் இராஜ்ஜியம் வரப்போகிறது என்பது ஒரு கால கட்டமல்ல'' என்று பைபிளில் சொல்லப் பட்டிருப்பதை கவனிக்கவும்.*

இராம ராஜ்ஜியம் 'வரப்போகிறது' என்ற ''எதிர்பார்ப்பில்'' இந்துக்கள் சொல்கின்றனர்.

கடவுள் இராஜ்ஜியம் 'வரப் போகிறது' என்று வீடுவீடாகச் சென்று ஜிஹோவாவின் சாட்சிகள் மற்றும் வேறு சில பிரிவு கிறிஸ்தவர்களும் சொல்கின்றனர்.

''எதிர்பார்ப்பு'' என்பது அடுத்த நிமிடம், அடுத்த மணி அல்லது நாளில் நடக்கப் போகும் 'எதிர்கால'த்தில் நடக்கப்போவது பற்றியது.

கடவுளுக்குத்தான் 'எதிர்காலம்' என்பது கிடையாதே!

''அவித்தை மூலம் மரணத்தை வெல்கிறான்
வித்யை மூலம் அமரத்துவம் அடைகிறான்'' (ஈஸா உபநிஷத்)

இவையிரண்டும் ஒரே சித்தாந்தத்தின் இரு பகுதிகள். மரணத்தை வெல்லாமல் அமரத்துவத்தில் நீங்கள் எவ்வாறு புகமுடியும்? காலத்தை வெல்லுங்கள். அப்பொழுதுதான் காலமற்ற நிலைக்கு, மரணமற்ற நிலைக்குச் செல்ல முடியும்.

இது எல்லாச் செயல்களுக்கும் ஏற்புடையது. ***நீங்கள் எதைச் செய்தாலும், அதைத் தவிர்க்க வேண்டாம். தியானத்தின் மூலம் உருவகப்படுத்துங்கள்:*** *மடைமாற்றம் செய்யுங்கள். செயற்பாடு மடை மாற்றப்படவேண்டும்; துறந்துவிடுதல் கூடாது. உலகம் (வாழ்க்கை) அதைவிட்டு நீங்கள் தப்பிச் செல்வதற்காக அல்ல. கடவுளால் கொடுக்கப்பட்ட வாய்ப்பு அனுபவிப்பதற்குத்தான்.*

ஒரு பொழுதும் தேர்வு செய்யாதே, தேர்ந்தெடுத்தலில்லாத விழிப்புடன் இரு; வாழ்க்கையை அதன் இயல்பிலேயே ஏற்றுக் கொள் என்று ஈஸா உபநிஷதம் ஒரு தெளிவை ஏற்படுத்த முயற்சிக்கிறது.

நீங்களாக எந்தத் தேர்வையும் திணித்துக் கொள்ளாதீர்கள். அஸம்பூதியும் இருக்கிறது. ஸம்பூதியும் இருக்கிறது. உங்கள் மனம் ஸம்பூதியானது, உங்கள் உள்ளுணர்வு அஸம்பூதியானது. உங்கள் உடல் மாறுகிறது. உங்கள் மனம் மாறுகிறது. அவை சக்கரத்தைப் போன்றவை - ஆனால் உங்கள் உள்ளுணர்வை சாட்சியாக வைத்து பார்த்ததால் அதன் அச்சைப் போன்றது. அது எப்பொழுதும் ஒரே மாதிரியாக இருக்கிறது. ஒரு பொழுதும் மாறுவதில்லை. அந்த அச்சின் மீதுதான் உடல், மனம் என்ற சக்கரம் சுழல்கிறது. அவை ஒன்றுக்கொன்று எதிரானவை அல்ல. அவை ஒன்றுக்கொன்று ஆதரவாக உள்ளன. அவை ஒன்றுக்கொன்று துணையாக உள்ளன. இந்த உயர்ந்த இணைப்பே உபநிஷதத்தின் செய்தியாகும்.

நிகழ்காலம் என்பது காலத்தின் பகுதி அன்று சாதாரணமாக பள்ளிகளிலும், கல்லூரிகளிலும், பல்கலைக்கழகங்களிலும் மற்றும் பேரகராதிகளிலும், காலத்திற்கு (time) கடந்த, நிகழ்கின்ற, வருகின்ற மூன்று நிலைகள் (past, present and future tense) உண்டு என திரும்ப திரும்ப உங்களுக்குச் சொல்லிக் கொடுக்கப்பட்டு, கற்பிக்கப்பட்டு வருகிறது. அது முற்றிலும் தவறானது - உணர்ந்தோர் எவரோ அவர்களைப் பொறுத்தும் அது தவறானது. கடந்ததும், வருவதும் காலத்தைச் சேர்ந்தவை. ஆனால் நிகழ்வது காலத்தின் பாற்பட்டதல்ல; நிகழ்காலம் அழிவற்ற தன்மையின் பாற்பட்டது. கடந்ததும் வருவதும் 'இதைச்' சேர்ந்தது - ஸம்பூதி உலகம், மாறுதல் உலகத்தைச் சேர்ந்தது - இவை இரண்டுக்குமிடையே மறுமை, ஆழ்நிலை ஊடுருவி உள்ளது. அதுவே நிகழ்காலம். 'இப்பொழுது' என்பது அழிவற்றதின் பகுதியாகும்.

"ஸம்பூதியின் மூலம் ஒருவன் மரணத்தை வெல்கிறான்"

நீங்கள் தியான முறைகளைப் பயன்படுத்தினால் மனதைப் புறக்கணிக்க முடியும், மனதுதான் காலத்திற்கும், மரணத்திற்கும்

ஆதாரம். மனமே காலமாக இருக்கிறது. மனமே மரணமாக இருக்கிறது. மனதின் ஒரு பகுதி காலம், மற்ரெரு பகுதி மரணம். தியானத்தின் மூலமாக, மனதை கவனித்துப் பார்ப்பதன் மூலமாக மரணத்தை வெல்ல முடியும்.

உண்மையான வழிபாட்டு நிலையை அடைவதற்கு நீங்கள் முதலில் அமைதியாக (சும்மா இருத்தல்) இருக்க வேண்டும்; முதலில் நீங்கள் தியானமாகிய ரஸவாதக் கலையின் மூலம், மனதைக் கடந்து செல்ல வேண்டும். மனதினின்றும் விடுபட தியானம் உங்களுக்கு உதவி புரியும்; மனம் அழிந்த நிலையில்தான் நீங்கள் வழிபாடு (prayer) செய்ய முடியும். அந்த வழிபாடு முற்றிலும் வித்தியாசமான தன்மையை உடையது. இதுதான் வழிபாடு.

''மறைப்பினை நீக்கிவிடு! ஓ! சூரிய தேவனே, ஏனெனில்
எனது தர்மம் மெய்ப்பொருளைத் தேடுதலே''

''நான் என்ஞல் இயன்றதனைத்தையும் செய்துவிட்டேன். நான் தியானம் செய்தேன், யோகப் பயிற்சிகள் செய்தேன், எண்ணங்களை சாட்சியாக நின்று கவனித்தேன். மனதைக் கரைத்து விட்டேன், என்னிடமுள்ள நல்லதும், கெட்டதும் அற்றவற்றையும் நீக்கி விட்டேன். என்னிடமுள்ள புத்திசாலித் தனமற்றவைகளை நீக்கி விட்டேன். இவ்வளவு முயற்சிகளைச் செய்த பிறகும், உன்னை மறைத்திருக்கிற பொன்ஞெளியை மட்டுமே அடைந்திருக்கிறேன். மெய்ப்பொருளாகிய நீயே அம்மறைப்பினை நீக்காவிடில் வேறு எதஞலும் இயலாது. என்ஞல் எது முடியுமோ, அதனைச் செய்து முடித்துவிட்டேன், செய்பவனும், செய்கின்ற முயற்சியும் முடிவடைந்துவிட்டன. எனது எல்லையின் முடிவுக்கு வந்துவிட்டேன்; எனது வழி இங்கு முடிந்துவிட்டது. இதற்குமேல் நீதான் என்னை வழி நடத்திச் செல்ல வேண்டும்,'' என்று உபநிஷத முனிவர்கள் வேண்டு கிருர்கள்.

உங்களால் முடிந்தவற்றை நீங்கள் செய்து முடித்த பிறகுதான், வழிபாடு துவங்குகிறது. அப்பொழுது உங்களது வழிபாடு உண்மையான வலுவைப் பெறுகிறது. ''நான் என்ன செய்ய முடியும்? என்ஞல் இயன்றதனைத்தையும் செய்து

விட்டேன்; நான் பெற்றது இதுதான் - மாபெரும் ஒளி, மாபெரும் ஆசிகள், பேரானந்தம் - ஆனால் இவை பரம்பொருளின் முற்றிலுமான வெளிப்பகுதி மட்டுமே என்பதைத்தான் நான் இன்னமும் உணர்கிறேன். இப்பொழுது நீ மட்டுமே உதவி செய்ய முடியும்.''

உன்னால் இயன்றதனைத்தையும், நீ செய்து முடித்த பிறகுதான், நீ உதவி கேட்க முடியும். அதற்கு முன்பாக அல்ல. தியானத்திற்கு பிறகு தான் வழிபாடு வருகிறது.

அதனால் தான் நான் உங்களுக்கு வழிபாட்டை கற்பிக்கவில்லை; நான் தியானத்தைத் தான் கற்பிக்கிறேன். ஏனெனில் தியானத்திற்குப் பிறகுதான் வழிபாடு சாத்தியமாகும் என்பதை நான் அறிவேன். நீங்கள் சிறந்த முறையில் தியானம் செய்தாலே வழிபாடு தானாகவே நடைபெறுகிறது என்பதுதான். அதில் உள்ள தனி அழகு. அதைக் கற்பிக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை. ஒரு மலர் மலரும் பொழுது, நறுமணம் தானே வெளிப்படுகிறது. அதைப் போலவே தியானம் நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கும் பொழுது, அதன் நறுமணமாகிய வழிபாடு தானே வெளிப்படுகிறது. அது இயல்பாகவே நடைபெறுகிறது. அப்பொழுது (கீழ்க்கண்ட) ஒன்று மட்டுமே வழிபாடாக இருக்க முடியும்.

**''மறைப்பினை நீக்கிவிடு, ஓ, சூரியதேவனே ஏனெனில்
என்னுடைய தர்மம் மெய்ப்பொருளைத் தேடுதலே.''**

தர்மம் என்னும் வார்த்தை, மொழி பெயர்க்க முடியாதது. அதனால் தான் மொழி பெயர்ப்பாளர்கள் அதை அப்படியே பயன்படுத்துகின்றனர்.

தர்மம் என்பது உங்கள் ஆழ்ந்த இயற்கைத் தன்மை, ஸ்வபாவம், உங்கள் தன்னியல்பு ஆகும். தர்மம் என்பது மெய்ப்பொருளைத் தேடும் உங்கள் வேட்கை, உங்கள் வாழ்வியலுக்கான ஆழ்ந்த தாகம். ஒவ்வொருவருடைய மையத்திலும் அது இருக்கிறது. அது ஒரு வித்து; மலரக்கூடியது.

இரண்டு செயல்கள் செய்யப்பட வேண்டும். முதலாவது தியானப் பகுதி. அது மொட்டுகள் உண்டாக உதவும். பின்னர் நீங்கள் வழிபாடு செய்ய வேண்டும். இரண்டாம் பகுதி வழிபாடு.

நீங்கள் வலுக்கட்டாயமாக மொட்டை மலரச் செய்தால், அதன் முழு அழகு மற்றும் நறுமணம் உண்டாவதைக் கூட அழித்து விடுவீர்கள்.

'கடவுள் இராஜ்ஜியம் வரப் போகிறது' என்பது ஒரு கால கட்டமல்ல' என்று புனித பைபிளில் வேறு ஒரு இடத்தில் சொல்லப்பட்டுள்ளதை பலர் கவனிக்கத் தவறிவிட்டனரே.

அவதார புருஷர் ஏசு கிறிஸ்து பல ஊர்கள் வழியாக சென்று கொண்டிருக்கிறார். வழியில் முடவனை தொட்டவுடன் அவன் எழுந்து நடக்கிறான்; குருடனை தொட்டவுடன் அவன் பார்வை பெறுகிறான். இதை கவனித்த ஒருவன் ஏசு கிறிஸ்துவிடம் சென்று 'ஐயா, உங்களால் இது எப்படி சாத்தியம்? எனக்கும் இதை கற்றுக் கொடுங்களேன்' என கேட்கிறான். உடனே ஏசு பதிலளிக்கிறார்: ''என்னுடன் வந்து கொண்டேயிரு. (Be with me - நிகழ்காலத்தில் என்னுடன் இரு.) நீயும் இவ்வாறு செய்யலாம்'' என்றார்.

அதற்கு அந்த மனிதன் ''ஐயோ சாமி, அடுத்த மாதம் என் பெண்ணிற்கு திருமணம் வைத்துள்ளேன். என் மனைவியை நாளை டாக்டரிடம் அழைத்துச் செல்ல வேண்டும். அடுத்த வாரம் வயலில் அறுவடை நேரம்...'' என்கிறான். இதற்கு ஏசு கிறிஸ்து உடனே ''அப்படியானால் நீ அதையே செய்'' என்று சொல்லி விட்டு மேலே நடக்க ஆரம்பிக்கிறார்.

நோயாளியை கையால் ஒரு வினாடி தொட்டு உடனேயே பூரண சொஸ்தம் செய்யும் கலை எங்கேயோ போய் படித்து, கற்று தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய விஷயம் அல்ல.

இதை எமர்சன் சற்று அழுத்தமாகவே சொல்கிறார். It is not a question of becoming. It is a question of being.

மிக மிக மோசமான (incurable or terminal illness) **நோய்களை குணப்படுத்த நீ எங்கேயும் போய் எந்த மெடிகல் காலேஜிலும் course ஏதும் படிக்க வேண்டாம். நீ நிகழ் காலத்தில் இருந்தால் மட்டுமே போதும்.**

'வெறுமனே கையால் தொட்டு முடவனை, குருடனை குணப்படுத்தும் வித்தையை நீ கற்க என்னுடன் வந்து கொண்டேயிரு' என்று ஏசு சொன்னதற்கு அர்த்தம் என்னவெனில் 'என்னை பின்பற்று (அதாவது என்னைப் போல் எதையும் திட்டமிடாமல் நிகழ் காலத்தில் இருந்துவா) என்று அர்த்தம் கொள்ள வேண்டும்.†

இதைப் படிக்கும் சில அவசர/ஆத்திரக்கார வாசகர்கள் 'என் பெண்ணிற்கு நான் மாப்பிள்ளை பார்த்து திருமணம் செய்யக் கூடாதா? உடல் நிலை சரியில்லாத என் மனைவியை டாக்டரிடம் அழைத்துச் சென்று வைத்தியம் பார்க்கக் கூடாதா?' என்று கேட்கலாம். இவற்றையெல்லாம் செய்ய வேண்டாம் என்று நாம் சொல்லவில்லை.

அடுத்தவாரம் வயலில் அறுவடை செய்வதை இப்போதே (மனதளவில்) செய்யாதே.

உடல்நிலை சரியில்லாத மனைவியை டாக்டரிடம் அழைத்துச் செல்லும் போது, ''டாக்டர் (அடுத்த 9-மணியில் நான் ஆசுபத்திரியில் இருக்கும் போது) என்ன சொல்லப் போகிறரோ'' என்று நீ நினைத்தால் நி அவ்வாறு நினைப்பதை கவனி.

டாக்டரிடம் செல்லும்போது, ''ராஜாமணி என்ற பெயருள்ள நான் மனைவியை அழைத்துக் கொண்டு டாக்டரிடம் போக ஓடிக்கொண்டிருக்கும் ஆட்டோவில் உட்கார்ந்திருக்கிறன்'' என்று கண் முண் நடப்பதை, நிகழ்காலத்தை பார். டாக்டரிடம் சென்று அவர் எக்ஸ்ரே எடுக்க எழுதிக் கொடுத்தவுடன் எக்ஸ்ரே எடுக்கச் சொல்கிறர் என்பதை மட்டுமே (நிகழ்காலத்தில் நடப்பதை) நீ பார்.

---

† நிகழ் காலத்தில் இருப்பதால் (அதாவது நீ என்ன செய்து கொண்டிருந்தாலும் - ஆபீஸில் வேலை, பெண்ணின் திருமணம், பையனின் எதிர்காலம் பற்றிய நினைப்பு வரும்போதும் நீ நினைப்பதை செய்வதை சாட்சி பாவத்துடன் கவனிக்க பழகி வந்தால்) பல நன்மைகள் உண்டு. இந்த தியான முறை பழகிவர விரைவில் நீ எது சொன்னாலும் அது அப்படியே நடக்கும். வாக்கு பலிதம் உண்டாகும். பணம் நீர் வீழ்ச்சி போல் வரும். தவிர எல்லோரும் உனக்கு தேவையான உதவிகளை நீ கேட்காமலேயே உனக்கு செய்வார்கள்.

''ஐயோ, எக்ஸ்ரே-யில் கான்சர், கட்டி என்று வரக்கூடாதே'' என்று நீ நினைத்தவுடன் ''நான் கான்சர், கட்டி போன்று வரக்கூடாதே'' என்று நான் நினைக்கிறேன்/பயப்படுகிறேன்'' என்று நீ நினைப்பதை/பயப்படுவதை கவனி.

இப்படி செய்து விடுவதால் சரியான டாக்டர் எவர் என்று உனக்கு 'ஆட்டோமேடிக்' ஆக தெரிய வரும். அல்லது எக்ஸ்ரேயில் கான்சர் என்று வந்தவுடன் 'கான்சர் வந்துள்ளதாக டாக்டர் சொல்கிறுர்'' என்று மட்டும் (நிகழ்காலத்தில் நடப்பதை) நினைப்பதால் அல்லது அது பற்றி நீ/உன்மனைவி பயப்படுவதை பார்ப்பதால் (சாட்சி பாவம் செய்வதால்) அந்த நோயை மூன்றே நாட்களில் குணப்படுத்தும் நபர் இருக்குமிடம் உனக்கு தெரிய வரும்.

வியாதியை குணமாக்குவது கடவுள் வேலை. ''அப்படி யெனில் வியாதி வந்துவிட்டால் டாக்டரிடம் போகாமல் நான் பிரார்த்தனை செய்ய வேண்டுமா?'' என பல வாசகர்கள் ஆத்திரப்பட்டு கேட்கலாம். ஆத்திரக்காரனுக்கு புத்தி மட்டு.

“If any one of you is sick, then pray. This prayer made in faith will cure the sick” என்று பைபிளில் வருகிறது.

இதை தவருக அர்த்தம் செய்து கொண்டுள்ள ஒரு பிரிவைச் சேர்ந்த கிறிஸ்தவர்கள் வியாதி எவ்வளவு சீரியஸாக வந்தாலும் டாக்டரிடம் செல்லாமல் பிரார்த்தனை மட்டுமே செய்வார்களாம்.

Prayer† செய்வதற்கும் (கடவுளின் அனுக்கிரஹம் கிடைக்க) நீ நிகழ் காலத்தில் இருக்க வேண்டும்.

---

† பிரார்த்தனை என்பது **ஸ்வீட் செஸ்ட்நட்** என்ற மலர் மருந்தில்தான் காணப்படுகிறது என்றுலும் **க்ளெமடிஸ்** என்ற மருந்தில் (நிகழ்காலத்தில் இருப்பதில்) பிரார்த்தனை எப்படி வருகிறது என வாசகர்கள் கேட்கலாம். ஒரு மருந்தின் 100 சதவிகித பாசிடிவ் தன்மையை நீ அடைந்துவிட்டால் மற்ற மருந்தின் பாசிடிவ் தன்மைகளும் உனக்கு கிடைத்துவிடும். 100 சதவிகித பாசிடிவ் தன்மையில் முப்பத்தெட்டு மலர் மருந்துகளும் ஒன்றுகவே தெரியும்.

'குறி (ஜோஸ்யம்) சொல்பவனை நம்பாதே' (நம்பாதே என்றுல் அவனுடன் பேசாதே, கவனிக்காதே) என்று பைபிளில் வருகிறது. ஜோஸ்யம் என்பது எதிர்காலத்தில் நடக்கப்போகிற விஷயம் பற்றியது.

இதைத்தான் நாம் prayer and meditation should go hand in hand என்று திரும்பத் திரும்ப வலியுறுத்துகிறோம்.

''என் மனைவி (நாளை அல்லது அடுத்த மாதம்) குணமடைந்துவிட'' என்று பிரார்த்தனை செய்வதால் நீ எதிர்காலத்திற்கு சென்று விடுகிறாய். அதனால் பிரார்த்தனை பலிப்பதில்லை.

ஆகையால் தான் பெரியவர்கள் (பெரியவர் என்றால் விஷயம் தெரிந்த உண்மை ஞானிகள்) என்ன சொல்வார்கள் எனில் ''கடவுளிடம் சொல்லும்போது சஞ்சலமற்ற/நிர்மலமான மனதுடன் இரு.''

(கவலை என்பதே எதிர்காலம் பற்றியது).

''இந்த வியாதியுடன் நாளை நான் ஆபீஸ் செல்ல முடியாதே''... என்பது போன்று கவலைப்படுகிறான் மனிதன்.

நிகழ்காலத்தில் இருப்பதும் ஒரு பிரார்த்தனை தான்.

நீ செய்வதை, நினைப்பதை 'சாட்சி பாவம்' செய்.

(வேறு ஒருவர் பார்ப்பது போல்) நீயே உன்னைப் பார், கவனி என்பதை மேதை எமர்சன் ஒரே வாக்கியத்தில் அசத்தி விட்டார்.

Let the gentleman behave like a guest in his house.

நீ உத்தமன் (gentleman) என்றால், அவ்வாறு நடக்க, பெயர் எடுக்க உன் வீட்டில் நீ ஒரு விருந்தாளி போல் நடந்துகொள்.

நாம் விருந்தினராக வெளியூரில் உள்ள நண்பர்/உறவினர் வீட்டிற்கு சென்று சில நாட்கள் அங்கு தங்குகிறோம். அந்த வீட்டில் உள்ள பையன் பரீட்சையில் பெயிலாகிவிட்டான் எனில் நாம் அவனை திட்டுவதில்லை. நேரத்திற்கு சாப்பாடு கிடைக்கவில்லையெனில் அங்குள்ள பெண்களை திட்டுவதில்லை. ஆகையால் நீ அவர்களுக்கு பிரச்சினையாக இருக்க மாட்டாய். ஆகையால் அவர்கள் பதிலடி ஏதும் உனக்கு கொடுக்க தேவையில்லாமல் போய்விடுகிறது. பிரச்சினை, குடும்ப சண்டை, சச்சரவு வராது.

இதைப் படிக்காததால் தான் ஆண்கள் பெண்களை வீட்டில் வேலைக்காரியாக, எடுபிடியாக தினம் 7-8 தடவை காபி போடும் 'ரோபாட்' ஆக மாற்றி விடுகின்றனர். இதுதான் உண்மை. 'குடும்பத் தலைவி' என்பது போய் 'குடும்ப எடுபிடி' ஆள் ஆக்கி விடுகின்றனர்.

க்ளெமடிஸ் பற்றிய சில மேற் குறிப்புகள் :

முப்பத்தெட்டு மலர் மருந்துகளின் 'பாசிடிவ்' தன்மைகளை ஒருங்கே நீ அடைய 'க்ளெமடிஸ்' பாசிடிவ் தன்மைகளை செய்துவந்தால் (கடைப்பிடித்தால்) போதும். பணம் நீர் வீழ்ச்சி போல் உனக்கு வந்து கொண்டிருக்கும். ஏனெனில் இது எல்லா மருந்துகளுக்கும் ஹெட்குவார்ட்டர்ஸ். நிகழ்காலத்தில் இருக்க முயற்சி செய்.

உன் மனதை நீ கவனிக்க தெரியா விட்டால் வேறு வழிகளும் உள்ளன.

தெருவில் கூத்தாடி அல்லது மந்திரவாதி (தாயத்து விற்பவன்) தனது தாயத்து மகிமை பற்றி கூறும்போது ஒவ்வொரு வாக்கியம் கூறியவுடன அந்த வாக்கியத்தின் கடைசி வார்த்தையை (அல்லது சொற்றொடர்) திருப்பி சொல்லும் ஒரு உதவியாளன் (அனேகமாக ஒரு சிறிய பெண் அல்லது பையன்) இருப்பான். சில சமயம் அந்த மந்திரவாதி வாக்கியம் சொல்லி முடித்தவுடன் கடைசி வார்த்தைக்கு பதிலாக, அதற்கு விளக்கம் கேட்பது போலும் கேள்வி கேட்பான் அந்த உதவியாளன்.

இதுபோல் நீங்கள் ஒரு செயலைப்பற்றி நினைத்தால்/நினைப்பு வந்தால், உடனே 'நான் இவ்வாறு இப்போது நினைத்தேன்' என்று கவனித்து வந்தால் போதும். இதுதான் தெருக்கூத்தாடி காலம் காலமாக சொல்லி வந்து கொண்டிருக்கும் இரகசியம். கடவுள் சொல்லியிருப்பதை பைபிளில் பார்க்கவும். 'திருடன் போல், தெருக் கூத்தாடிபோல் நான் வருவேன்.'

நமது உடலை இரண்டு தான் ஆட்டுவிக்க முடியும். (1) நமது மனம்; (2) கடவுள் (ஆத்மா, soul). இரண்டு டிரைவர்கள் ஒரு வண்டியை ஒரே நேரத்தில் ஸ்டீரிங் பிடித்து ஓட்ட முடியாது. நாம், (நமது மனம்) ஒரே நேரத்தில் இரண்டு செயல்களை செய்யவோ, இரண்டு விஷயங்களைப் பற்றி நினைக்கவோ முடியாது.

ஆகையால், நீ நினைப்பதை நீயே கவனிக்கும் போது (எதிர்கால சிந்தனை) மனம் நின்று விடுகிறது. இப்போது உன் மனதில் புகுந்து வேலை செய்வது கடவுளுக்கு சுலபமாகி விடுகிறது.

கம்ப்யூட்டரில்† (முக்கியமாக இன்டர்நெட் browse செய்யும் போது) நீ ஒரு file-ஐ download செய்ய முற்படும்போது, முதலில் உன் கம்ப்யூட்டரில் பொருத்தப்பட்டுள்ள anti-virus device அந்த file மீது சிவப்பு டார்ச் ஒளியை இப்படியும் அப்படியும் செலுத்தி அதை scan செய்யும். அது 'ஓகே' செய்த பிறகு நீ அந்த file-ஐ download செய்தால் வைரஸ் ஏதுமில்லை என்பதால் உன் கம்ப்யூட்டர் corrupt ஆகாது.

போல் உனக்கு ஒரு நினைப்பு (idea, plan) உதிக்கிறது. அல்லது எவரோ ஒருவர் வந்து proposal செய்கிறார் (உதாரணம்: இந்த திட்டத்தில் சேர்ந்தால் ஒரே வருடத்தில் இரட்டிப்பு இலாபம்) எனில் அது நமக்கு நன்மை தருமா அல்லது நம்மை corrupt செய்து விடுமா என்று தெரிந்து கொள்ள கடவுள் நம் உடலில் anti-virus பொருத்தி உள்ளார்.

இது பற்றி பார்ப்போம்.

ஒரு விளம்பரம் பார்க்கிறாய். பத்து ரூபாய் லாட்டரி டிக்கெட் வாங்கினால் 5 கோடி ரூபாய் முதல் பரிசு அல்லது நாலாயிரம் ரூபாய்க்கு சென்னை கோல்டு ஹவுஸில் தங்க நகை வாங்கினால் சுரண்டல் லாட்டரி டிக்கெட் ஒன்று கொடுப்பர். அதை சுரண்டினால் கார், மோட்டார் சைக்கிள் பரிசு. இதை வாங்கலாமே என்று தோன்றினால் அதை scan செய்யும் விதம்:

† இன்டர்நெட் என்பது மனிதனால் உண்டாக்கப்பட்டது. உனக்கு தேவையானதை கடவுள் 'புரோக்கிராம்' செய்து வைத்திருக்கிறான். அதைப் பார்.

அதைப் பற்றி நினைத்துக் கொண்டே நீ அப்போது மூச்சு விடுவதை கவனி.[†] உள்ளே போய் வெளியே வரும் சுவாசத்தை கவனித்துக் கொண்டிரு. இப்படி செய்து வா அந்த திட்டம் சரியில்லை யெனில் நீ அதை மறந்துவிட்டு அடுத்த வேலையை கவனிக்க சென்று விடுவாய்.(இது பிராணாயாமத்திற்கு நிகராகும்)

நீ ஒரு மகான் ஆக, watch your thoughts என்று பகவான் இரமண மகரிஷி சொல்கிறார். எப்படி நம் மனதை நாமே கவனிப்பது என்று சிலருக்கு தெரியாமல், புரியாமல் இருந்தால். இதற்கு வேறு ஒரு சுலப வழி உள்ளது.

உனக்கு வேலை ஒன்றுமில்லை என்ற போது, சும்மா உட்கார்ந்திருக்கும் போது (சும்மா உட்கார வில்லை, அதை கவனித்தால் உன் மனம் வாஷிங்டனில் அல்லது பாகிஸ்தானில் முஷாரப்-உடன் பேசிக் கொண்டிருப்பாய்) நீ மூச்சு விடுவதை கவனி. அப்பொழுது உன் மனம் (எதிர் காலத்தில் வேலை செய்து கொண்டிருப்பது) நின்று விடும்.

(A) மனதை அடக்க அதை கவனித்தால் (சாட்சி பாவம்) போதும். அப்போது நீ 'ஆட்டோமேடிக்' ஆக மூச்சு விடுவதை கவனித்துக் கொண்டிருப்பாய்.

(B) மூச்சு உள்ளிழுத்து வெளிவிடும் காற்றை நாம் தொடர்ந்து கவனித்தால் மனதின் (திட்டமிடல், எதிர்காலத்தில் இருப்பது, யோசிப்பது) வேலை நின்று விடும்.

It is a two-way relationship.

இந்த scanner-ஐ உபயோகிக்க நமது மனம்/உடல் corrupt ஆகாது. தவிர தெய்வீகத் தன்மை உடலில் புகும்.[††]

[†] *see PHYSIOLOGY OF MIND*
NURTURE AND NUTRITION OF BRAIN
AN OUTLINE OF PSYCHOLOGY

[††] 'எனக்கு தெய்வீகத்தன்மை வரவேண்டும்' என்ற எதிர்பார்ப்பில் சாட்சி பாவம் செய்ய முயலக் கூடாது. நீ வேண்டாவிட்டாலும், விரும்பா விட்டாலும் கூட சாட்சி பாவம் செய்தால் நமக்கு தெய்வீகத் தன்மை (வாக்கு பலிதம், தெய்வீகக் காட்சிகள்) வரும். பிறகு அதையும் சாட்சி போல் கவனித்து மட்டும் பார். 'ஹையா!' என்று சந்தோஷப்பட்டு குதிக்காதே.

ஆசுபத்திரியில் அட்மிட் ஆகி இருபது நாள் இருக்கிறாய் என்றால், discharge ஆகி வீட்டிற்கு வந்தவுடன் 'அதை செய்ய வேண்டும்' 'இதை செய்ய வேண்டும்' என 21-ம் நாள் அல்லது அதற்கப்புறம் செய்ய வேண்டியதை (மனதளவில்) ஆசுபத்திரியில் செய்யாமல் உன் மனம் ஆசுபத்திரியிலேயே இருக்கட்டும். அதாவது, நான் கேட்டதை 'எனக்கு எல்லோரும் வாங்கிக் கொடுக்கின்றனர்' என்று நண்பர்/உறவினர் விசாரிக்க வந்ததும் 'எதாவது வேண்டுமா?' என்று உபசார வார்த்தை உதிர்க்கும்போது அவர்களை விடாதே. அவர்களிடம் ஒருவரிடம் ''எனக்கு தினம் 5 சாத்துக்குடி வாங்கி வந்து உரித்து கொடு'' என்று வேலை வாங்கி அதை அனுபவி. மற்றொருவரிடம் Champion white Oat வாங்கி கஞ்சி வைத்து தினம் எடுத்து வா என்று சொல்லி ஒரு அரசகுமாரன் போல் அந்த சௌகர்யங்களை அனுபவி.

ஆசுபத்திரியில் உடலால் மட்டுமில்லாத மனதாலும் இரு. வீடு, அலுவலகம் பற்றி கவலைப்படாதே. ஆழ்ந்து அனுபவி (நிகழ்காலத்தில் இரு.) இதனால் தெய்வீக உதவி கிடைத்து விரைவில் குணம் பெற்று எழுந்து வீட்டிற்கு வந்து விடுவாய். அதன் பிறகு வீடு/ஆபீஸ் வேலைகளை கவனி.† ஏன் இப்படி செய்ய வேண்டும் ?

''அட முட்டாள் மனிதனே! நீ நிகழ்காலத்தில் (எனது சன்னிதானத்தில்) இல்லாததால் என் பார்வை இல்லாமல் போனதால் உன்னை நிகழ்காலத்திற்கு கொண்டுவருவதற்காக, நீ படுக்கையில் இருக்கும் படியான வியாதி, எலும்பு முறிவு கொடுத்தேன். இங்கு ஆசுபத்திரி வந்த பிறகும் கூட வீடு/ அலுவலகம் பத்தியே நினைக்கிறாயே. நீ என்றைக்கடா என்னை பார்க்கப்போகிறாய்? (நிகழ் காலத்தில் இருக்கப் போகிறாய்?)'' என்று கடவுள் கேட்கிறார்.

---

† ''செய்வன திருந்தச் செய்'' என்றால் total concentration at work on hand (at present) என்று பொருள் கொள். நீ நிகழ்காலத்தில் இருக்க ஒரு சுலபமான வழி உண்டு. வீட்டில் ஆபீஸ் வேலை, பிரச்சினை பற்றி பேசாதே. ஆபீஸில் வீட்டு பிரச்சினை பற்றி பேசாதே. மேற்கத்தியர்கள் இப்படித்தான் இருக்கிறார்கள். ஆனால் நாம் இந்தியர்களோ இதற்கு நேர் மாறாக இருக்கிறோம். எனவே நமக்கு கடவுள் தரிசனம், எல்லையில்லாத சொத்து நிச்சயமாக கிடைக்க வாய்ப்பு இருந்தாலும், அதை நழுவ விட்டு விடுகிறோம்.

ஆசுபத்திரியில் இருப்பதை தண்டனையாக, துரதிர்ஷ்டமாக கருதாமல், (''இன்னும் எவ்வளவு நாட்களுக்கு இங்கு இருக்க வேண்டுமோ?'' என்று அங்கலாய்க்காமல்) அதை ஒரு நல்ல சந்தர்ப்பமாக நினைத்து அனுபவி; enjoy. இதனால் கடவுள் தரிசனம் பெற்று விரைவில் குணமடைவாய்.

மனித முயற்ச்சியில் நாம் ஏதாவது உருப்படியாக செய்ய முடியுமானால் அது நிகழ் காலத்தில் இருப்பது தான்.

ஆசுபத்திரியில் இருப்பது தண்டனை அல்ல. கடவுளுக்கு தண்டனை கொடுக்கத் தெரியாது. It is a blessing in disguise.

மலர் மருத்துவம் படிப்பதால் நாம் என்ன செய்ய வேண்டும், என்ன செய்யக் கூடாது என்ற பாடம் கற்கிறோம்.

இப்புத்தகத்தில் உள்ள 'சாட்சி பாவம்' என்னும் தியான முறை செய்ய கஷ்டப்படும் அல்லது குழம்பிப் போகும் நபர்கள் அல்லது அதனால் தடங்கல், சந்தேகம் வந்தால், பிரதி மாதம் (2-வது சனிக்கிழமை காலை 8.30 a.m. to 11.00 a.m. சென்னையில் சங்கம் தியேட்டர் அருகில் உள்ள KING'S PARK HOTEL-ல் ஹோட்டலில்) நடக்கும் மாதாந்திர பாட்ச் மலர் மருந்துகள் உபயோகிப்போர் கூட்டத்திற்கு வந்தால் அவர்களது சந்தேகங்களுக்கு தீர்வு கிடைக்கும். வருடாந்திர சந்தா: ரூ.2400=00.)

வாசகர்களின் அனுபவங்கள்:

''டாக்டர் உங்கள் அறிவுரைப்படி 'நடைமுறை' தியானத்திற்கு தனியாக நேரம் ஒதுக்குவதில்லை. நான் செய்வது இவ்வளவுதான். ''ஆபீசில் வாஷ் பேசினில் கை கழுவும் போது எதிரில் சுவரில் உள்ள கண்ணாடியில் முகம் பார்க்கும் போது, 'என் தோற்றம் எப்படியிருக்கிறது? எல்லோரும் என்னைப் பார்த்து என்ன நினைப்பார்கள்? என்று பத்து வினாடி கண்ணாடியில் என் முகத்தைப் பார்ப்பேன்.

இப்போதெல்லாம் நான் அப்படி நினைப்பதை நான் கவனிக்க ஆரம்பித்துள்ளேன். ''எல்லோரும் என் உடை, தோற்றம், உருவத்தைப் பார்த்து என்னைப் பெரியஆள், விஷய

முள்ளவன் என்று எடை போடுவார்கள் என்று இப்போது நினைக்கிறேன்'' என்று என்னை நான் (எண்ணத்தை, நினைப்பை) கவனிப்பேன். இவ்வாறு செய்தவுடன் என் சீட்டிற்குத் திரும்பி விடுவேன். உடனே அலுவலகத்தில் ஒரு முக்கியமாக வேலை என் நினைவில் வந்து அதை முடித்து நல்ல பெயரெடுத்து விடுவேன்.

ஒரு நாள் மாலை 5-30க்கு அலுவலகம் முடிந்தவுடன் வெளியே வந்து பஸ் ஸ்டாப்பில் நின்றுகொண்டிருந்தேன். ஐந்தாறு பஸ்கள் வந்து போயின. 'சீ, நமக்கு வேண்டிய 5-D வரவே வராது' என மனதளவில் அலுத்துக் கொண்டேன். உடனே நான் '5-D வரவில்லை என்று என் மனதில் எரிச்சலடைகிறேன்' என்று என் எண்ண ஓட்டத்தை/நினைப்பை கவனித்தேன், சட்டென எனக்கு ஒன்று தோன்றியது. வீட்டிற்கு நடந்து சென்ருல் என்ன என்று தோன்றி உடனே நடக்கலானேன்.

எனது அதிக எடை, சர்க்கரை வியாதி கட்டுப்பாட்டுக்குள் இருக்க தினம் 5-7 கிலோ மீட்டர் நடக்கும்படி எனது குடும்ப டாக்டர் அடிக்கடி சொல்வார். நான் 'நேரமேயில்லை' என்று சொல்லி வந்தேன். ஆனுல் தற்போதெல்லாம் மாலையில் வீட்டிற்கு நடந்தே வருவதால், டயாபிடீஸுக்கு மருந்து சாப்பிடாமலேயே வியாதி கட்டுப்பாட்டில் உள்ளது. மலச்சிக்கல், வாயு தொந்தரவு இல்லை. இரவில் நல்ல தூக்கமும் வருகிறது. தூக்க மாத்திரை, டயபிடீஸ் டெஸ்ட் என மாதம் ரூ.380 வரை சேமிக்க முடிந்தது. (மாலை நடந்தே வருவதால் ரூ.100க்கு மேல் பஸ் சார்ஜ் மிச்சம்.)

அடுத்த மாதம் மீதியான ரூ.380 + ரூ.100 = ரூ.480 பணத்தை என்ன செய்யலாம் என யோசித்தேன். உடனே நான் இவ்வாறு யோசிப்பதை (என் மனதை நானே) கவனித்தேன். பிறகு வேறு வேலைகளை கவனிக்கலானேன். அரை மணி கழித்து எனக்கு ஒரு ஐடியா தோன்றியது. அதை செயல் படுத்தலானேன்.

என் வீட்டைச் சுற்றிலும் நிறைய காலி இடம் இருந்தது. தோட்டக்காரனைக் கூப்பிட்டு, நிலத்தைக் கொத்தி, காய்கறி விதைகள் வாங்கி, விதைத்து, நீர் பாய்ச்சி, கூலியும்

கொடுத்தேன். நன்றாக காய்கறிகள் விளைந்தது. எங்கள் குடும்ப தேவை போக, மீதமுள்ளவைகளை, அக்கம் பக்கத்து வீட்டுக்காரர்களுக்கு விற்றதால், நிறைய வருமானம் வந்தது. தினமும் காய்கறி வாங்கும் செலவும் மிச்சமானது.

இப்புத்தகத்தை படித்து இதில் உள்ள தியான முறையை முதன் முதலில் பயில முற்படும் அன்பர்களுக்கு ஓர் விளக்கம்: 'நீங்கள் நினைப்பதை நீங்களே எப்படி கவனிப்பது' என்று தெரியா விட்டால் கீழ்க்கண்ட முறையை கடைப் பிடித்து பார்க்கவும்:

நாற்காலியிலிருந்து டாய்லெட் போக எத்தனிக்கும் போது ஒரு விநாடி நின்று 'நான் இப்போது டாய்லெட் போக முற்படுகிறேன்' என்று மனதிற்குள் சொல்லிக் கொள்ளுங்கள்.

தினம் இரவு 8-30 மணிக்கு டீ.வி.யில் செய்தி பார்ப்பவர் எனில், 8-20க்கு டீ.வி. போட ஸ்விட்ச் அருகே போக முற்படும்போது (இது போல் எந்த சிறிய வேலை செய்ய முற்படும் போதும்) ஒரு சில விநாடிகள் அசையாமல் அப்படியே நின்று, ''இப்போது டீ.வி.யில் செய்தி கேட்க வேண்டும் என்ற நினைப்பு வந்து ஸ்விட்ச் அருகில் போகிறேன்'' என்று (நீங்கள் நினைத்ததை, எண்ணியதை) மனதிற்குள் கவனித்து பிறகு ஸ்விடச்-ஐ நோக்கி நடக்கவும்.

வாசல் அழைப்பு மணி அடிக்கிறது. அது கேட்டவுடன் நீங்கள் 'ஆட்டோமேடிக்' ஆக எழுந்து வாசல் கதவு பக்கம் செல்கிறீர்கள். நீங்கள் இருக்கும் இடத்திலிருந்து எழுந்தவுடன் ஒரு விநாடி நின்று 'காலிங் பெல் அடிக்கிறது. யார் இப்போது தொந்தரவு செய்கிறது' என்று நான் நினைத்தேன் என்று உங்கள் மனம் எண்ணுவதை கவனியுங்கள். ஓரிரு விநாடிக்கு பிறகு வாசல் பக்கம் தொடர்ந்து செல்லுங்கள்.

இம்மாதிரி இருபத்தி நான்கு மணி நேரமும் செய்ய முடியாவிட்டால் காலை 5-10 நிமிடம், மதியம் அல்லது மாலை/இரவு 5-10 நிமிடம் முயற்சி செய்யுங்கள். இதுவே போதும். இது தான் தியான முறை. இது பிராணயாமம் செய்வதற்கு சமம்

மாலையில் tired ஆக இருப்பதால் படுக்கையில் போய் சிறிது நேரம் ஓய்வெடுக்க நினைத்தால் உடனே அதை ஆட்டோ

மேட்டிக்காக செயல் படுத்தாதீர்கள். சிறிது நின்று ''நான் இப்போது டயர்டு ஆக இருப்பதால் படுக்கையில் சிறிது ஓய்வெடுக்கலாம்'' என்று உங்கள் மனது எண்ணியதை கவனியுங்கள்.

இதுவே போதும்.

L.I.C.-யில் பணிபுரியும் திரு ஸ்தலசயனம் அவர்கள் (4, சீனிவாசா ரோடு, நேரு நகர், குரோம்பேட்டை, சென்னை) சொல்கிறார்: ''எனக்கு அதிக டென்ஷன் இருப்பதால் இரவு தூக்கமில்லாமல் போய் அல்லோபதி டாக்டரிடம் சென்றேன். அவர் விலையுயர்ந்த மாத்திரை எழுதிக் கொடுக்க அதை பல நாட்களாக தினம் இரவு படுக்கு முன்பு சாப்பிட்டு வந்தேன்.

''உங்கள் புத்தகத்தை படித்த பிறகு ஒரு நாள் இரவு (தினசரி சாப்பிடும் மாத்திரை நினைவிற்கு வந்தவுடன்) ''நான் இப்போது மாத்திரை சாப்பிட வேண்டுமென்று நினைக்கிறேன்'' என்று நான் நினைத்ததை கவனித்தேன். இவ்வாறு நான் நினைத்ததை (எனது எண்ண ஓட்டத்தை) பார்த்தவுடன் ஏனோ தெரியவில்லை, மாத்திரை எடுக்க அலமாரி பக்கம் நான் எழுந்து செல்லவில்லை, அன்றிரவு நன்றாக (மாத்திரை சாப்பிடாமலேயே) தூங்கி விட்டேன். இதன் பின் தினம் தினம் மாத்திரை சாப்பிடாமலேயே தூங்குகிறேன். இப்படிக்கு, ஸ்தலசயனம்''.

ஆசிரியர் குறிப்பு : வாசகர்களே 'சாட்சி பாவம்' என்ற தியான முறை செய்ய நீங்கள் தனியாக நேரம் ஒதுக்க வேண்டியதில்லை. பணம் செலவு செய்ய வேண்டியதில்லை.

தினம் தினம், வழக்கமாக செய்யும் (குளியல், செய்தித்தாள் படிப்பது, தொலைக்காட்சி பார்ப்பது, பல்துலக்குவது, அலுவலகம் செல்வது) முன்பு ஒரு வினாடி அதை, நீங்கள் யத்தனம் செய்வதை கவனியுங்கள். ''நான் இப்போது பல் துலக்க டூத் பிரஷ் எடுக்க பாத்ரூம் செல்கிறேன். குளிக்க துண்டு எடுத்துக் கொண்டு பாத்ரூம் போக எண்ணினேன்.'' கடியாரத்தைப் பார்த்து மணி 9-30 என்றவுடன் ஆபீஸ் கிளம்ப யத்தனிக்கும் போது 'ஆபீஸ் செல்ல நேரமாகிவிட்டது என்று நினைத்தேன்' என்று உங்கள் மனது நினைப்பதை கவனியுங்கள். இதுவே போதும்.

நம்மை இரண்டு நபர்கள் தான் இருபத்தி நான்கு மணி நேரமும் கவனிக்க முடியும். ஒன்று நமது மனம். மற்றது கடவுள் (உலகில் உள்ள மனிதர்கள் பலர் நம்மை பார்ப்பதால் நமக்கு எந்த பாதிப்பும் ஏற்படாது.) நமது எண்ணங்கள், செயல்கள் ஆகியவை நம்மை பாதிக்கின்றன. ஆட்டிப் படைக்கின்றன. இவை நல்லதாகவோ, கெட்டதாகவோ அமையலாம். நாம் நமது மன ஓட்டத்தை, நினைப்பை கவனிக்கும்போது நமது மனம் இல்லாமல் போய் விடுவதால் கடவுள் தரிசனம் உண்டாகிறது (மாயத்திரை என்பது இதுதான்.) கடவுள் சன்னிதானத்தில் இருப்பதால் நாம் செய்வது எல்லாம் 'ஆட்டோமேட்டிக்' ஆக நல்ல விதத்தில் முடிகிறது.

சுருங்கச் சொன்னால், நீங்கள் எந்தெந்த காரியங்களை தினசரி பழக்கத்தினால் அல்லது ROUTINE ஆக செய்கிறீர்களோ அப்போதெல்லாம் 'காட்சி பாவம்' செய்து வந்தாலே அதிசயிக்கத் தக்க விதத்தில் பலன் தெரியும்.

(மிக மிக முக்கியமாக மன எழுச்சியின் (emotional reaction) போது (கோபம், வெறுப்பு, ஆத்திரம், ஏமாற்றம் போன்ற நேரங்களில் சாட்சி பாவம் செய்வது அற்புத பலன்களை கொடுக்கும்.

"The technique of meditation lies in the conscious withdrawal of all our identifications with our body, mind and intellect. All efforts end when we have thus gathered our entire awareness from its delusory pre-occupations and made it live in Itself as Itself - as Objectless Awareness (The Holy Gita, Commentary by Swami Chinmayananda. Chapter III / 142 - The Karma Yoga - page 221)

இப்புத்தகத்தில் நம் மனதை நிகழ்காலத்திற்கு கொண்டு வர 'சாட்சி பாவம்' செய்யும் முறையை விளக்கி முடித்துள்ளோம். இந்த முறையை உபயோகித்து பலர் நிறைய பலன்களை அடைந்துள்ளனர். இது ஒரு ஆரம்பம் தான்.

ஆனால் நிகழ்காலத்தில் 'இருப்பது' 'வாழ்வது' எப்படி என்பதை இப்புத்தகம் பாகம் II-ல் பார்ப்போம். தேவைப் படுவோர் ரூ. 100 M.O. செய்து பதிவு செய்து கொள்ளலாம்.

சீன தேசத்து தியான முறை

10-நாள் நேர்முக வகுப்பு

(மாலை 7-00 p.m. to 7-30 p.m.*)*

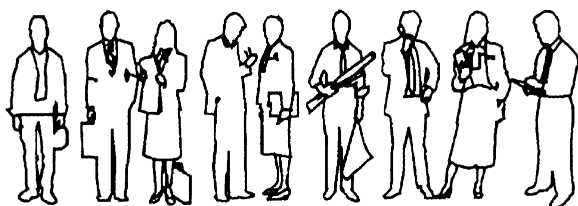
*கட்டணம்: ரூ.*7800=00

வகுப்புகள் மார்ச், மே, ஜூலை, செப்டம்பர், டிசம்பர் மாதங்களில் 21 முதல் 30 தேதி வரை நடைபெறும். வகுப்பில் சேர விரும்பும் அன்பர்கள் ஆறு மாதத்திற்கு முன்பாக ரூ.7800 செலுத்த பெயர் பதிவு செய்து கொள்ளவும். ஆறு மாதம் முன்பாக பெயர் பதிவு செய்து கொள்ளாதவர்களுக்கு அனுமதி இல்லை. இப்படி பணம் செலுத்தி பெயர் பதிவு செய்து கொள்ளாமல் 'அடுத்த வகுப்பு எப்போது' என்று எம்மிடம் (நேரிலோ, தொலைபேசியிலோ) கேட்க வேண்டாம்.

இம் முறையை கற்று சரிவர பிராக்டீஸ் செய்து வந்தால் நோயாளிகளை தொட்டு குணப்படுத்தலாம். தூர இருந்தபடி பொருட்களை நகர்த்தலாம் (Photokinetics)*. தென்னை மர உயரத்திலிருந்து கீழே விழுபவனை (அவனை நோக்கி நம் உள்ளங்கையை நீட்டி) மெதுவாக விழச் செய்து உடலில் அடிபடாமல் செய்யமுடியும். இன்னும் பலப் பல பயன்கள் உண்டு.*

Dr. V. கிருஷ்ணமூர்த்தி
Raman House
21, குப்பையா தெரு
சென்னை-33

டாக்டர்,
ஜோஸ்யர்,
மந்திரவாதி,
அடிகள், மகரிஷி,
ஸ்வாமிகள், ஸன்னிதானம்,
மகான் ஆகியோரால்
தீர்க்க முடியாத வியாதிகள்
அல்லது வாழ்க்கைப் பிரச்சனைகள்
நீங்கி தேவைக்கு மேல்
பணம் சம்பாதிக்க, கடவுள்
அனுக்கிரஹம் பெற உதவும்
இரத்தினக் கற்களின்
பயன்கள்.



முன்னுரை

ஒரு காலகட்டத்தில் நானும் எனது சக நண்பர் மற்றும் உறவினர்களும் வருடக் கணக்கில் மிகுந்த கஷ்டத்தில் உழன்று கொண்டிருந்தபோது மதத் தலைவர், அடிகளார், புனித தந்தை, குருமார், ஆகிய பலரிடம் சென்று எங்கள் பிரச்சனை தீர வழி கேட்டபோது அவர்கள் எல்லோரும் ஒரே மாதிரி கையை உயர்த்தி எங்களை ஆசிர்வாதம் செய்தனர். ஆனால் வருடங்கள் பல ஓடியும் இவர்களின் ஆசிர்வாதம் பலிக்கவில்லை. தங்களால் ஒன்றும் செய்ய இயலாது என்பதை அவர்கள் ஒப்புக் கொள்ள மறுத்தது எங்களை உசுப்பி விட்டது.

மனிதர்களின் தீராத வியாதி, கவலை, கஷ்டம், பிரச்சனை - களுக்கு கடவுள் வழி கொடுத்துத்தான் இருக்க வேண்டும் என்று தீர்மானித்த நான் தீவிரமாக எல்லா மத நூல்களிலும் தேட ஆரம்பித்தேன்.

முக்கியமாக புனித பைபிளில் ''உங்கள் நன்மைக்காக நான் (கடவுள்) பூமிக்கடியில் இரத்தினங்களை புதைத்து வைத்திருக்கி றேன்'' என்று இருப்பதைப் படித்தவுடன் மதத்தலைவர்கள் ஏன் இது பற்றி தன்னிடம் வரும் அப்பாவி ஜனங்களிடம் வாய் திறக்கவில்லை என்று யோசித்து இவர்களால் உலக மக்களுக்கு எந்த நன்மையும் ஏற்படாது என்று முடிவு செய்து இப்புத்தகத்தை எழுத துணிந்தோம். (எவரையும் விமர்சனம் செய்வது எங்கள் வேலை அல்ல. அதே நேரத்தில் நல்ல விஷயங்களை மக்கள் மத்தியில் இவர்கள் பரப்பாமல், அந்த வேலையை நாங்கள் செய்ய வேண்டியதை நினைத்துத்தான் கஷ்ட ஜீவனம் செய்யும் மனிதர்கள் சார்பாக மனம் குமுறுகிறோம்).

வறுமை மற்றும் வியாதியில் உழன்று கொண்டிருந்த பலர் இப்புத்தகத்தின் முந்தைய புதிப்புகளைப் படித்த பின்பு தனது பிறந்த தேதிக்கேற்ற இரத்தினத்துடன் ஏழரை கேரட் சிவப்பு பவழம், 2 கேரட்டுக்கு மேல் மஞ்சள் புஷ்பராகம் மற்றும் சிலோன்/ கங்கா-ஜமுனா நீலம் அணிந்து 6-12 மாதங்களில் சொந்த வீடு/கார் என சௌகர்யமாக வாழ ஆரம்பித்தனர்.

Dr. V. கிருஷ்ணமூர்த்தி

श्री रामजयम् ।

நவ ரத்தினங்களின் மகிமை

(ஒரு 'பாசிடிவ்' ஸொராட்டோ நபர் தயாரித்து அளித்தது)

கடவுள் நமக்கு கொடுத்திருக்கும் செல்வங்களில் தலையா யது/மிக உயர்ந்தது இரண்டு வகை.

ஒன்று நமது உடலில்; மற்றொன்று வெளிப்புறத்தில்

உடலில்: கை, கால், கண், காது, மூளை.

வெளியில் உள்ளவற்றில் தலையாயது இரத்தினக் கற்கள்.

'இரத்தின சுருக்கமாக' என சொல்கிறோம். 'மனிதருள் மாணிக்கம்' என்று ஒரு மிக நல்ல மனிதரை சொல்கிறோம்.

கடும் குளிரிலிருந்து நம்மை பாதுகாத்துக் கொள்ள கம்பளி உடை அணிகிறோம். கடும் வெயிலில் குடை பிடித்து வெளியில் செல்கிறோம். உடல் நிலை சரியில்லை என்றால் டாக்டரிடம் செல்கிறோம். **இதே போல் தீய சக்திகள், திருஷ்டி, துரதிருஷ்டம், வறுமை ஆகியவை நம்மை அணுகாமல் பாதுகாத்துக் கொள்ளத்தான் இரத்தினங்களை கடவுள் நமக்கு அளித்துள்ளான். இது பலருக்கு தெரியாத ஒரு விஷயம்.**

5-10 இலட்சத்திற்கு வீடு வாங்குகிறான். முப்பதாயி ரத்திற்கு ஸ்கூட்டர் அல்லது 2-3 லட்சத்திற்கு கார் போன்ற வாகனம் வாங்குகிறான். இதனால் நமக்கு செலவுதான் அதிகம். இதை வைத்திருப்பதால் மட்டுமே நமது வருமானம் அதிகரிக்காது. அளவற்ற மரியாதை கிடைத்து விடாது. ஆனால் இவற்றால் செலவு நிச்சயம் அடிக்கடி உண்டு.

ஆனால் நமக்கு அடிக்கடி செலவு ஏதும் வைக்காமல் பண வரவு, சௌகர்யங்கள் ஆகியவற்றை (மறைமுகமாக) தொடர்ந்து கொடுத்துக் கொண்டேயிருப்பது இரத்தினக் கற்கள் மட்டுமே!

பள்ளி, கல்லூரி படித்து தினம் எட்டு மணி நேரம் என முப்பது நாட்கள் உழைத்தால் மாதம் சில ஆயிரம் ரூபாய் மட்டுமே கிடைக்கும். ஆனால் நாம் ஒன்றுமே செய்யாமல் நமது

வருமானம் (நீ நினைக்கும் விதத்தில் அல்ல) ஏதோ ஒரு விதத்தில் அதிகரிக்க உதவுவது தான் இரத்தினங்கள். இவற்றை மோதிரத்தில் பதித்து விரலில் அல்லது டாலரில் (லாக்கெட்) பதித்து கழுத்து செயினில் கோர்த்து அணியலாம்.

தங்கம், வெள்ளி எதில் வேண்டுமானாலும் பதித்து அணியலாம். (துவரமல்லி என்ற இரத்தினம் மட்டும் வெள்ளியில் தான் பதித்து அணிய வேண்டும்.)

எமது முப்பத்தி இரண்டு வருட அனுபவத்தில் கண்டவற்றை இந்த புத்தகத்தில் எழுதியுள்ளோம்.

மிக மிக முக்கியமாக வாசகர்களுக்கு நாம் சொல்ல விரும்புவது என்னவெனில், நீ என்ன இரத்தினம் அணிய வேண்டும் என்பதற்கு ஜாதகம், நட்சத்திரம், ராசி அல்லது நடப்பு தசாபுக்தி, ஆகிய எதுவுமே தேவையில்லை. எமது அனுபவத்தில் ராசி, நட்சத்திரம், தசாபுக்தி பார்த்து அதன்படி இரத்தினம் அணிந்து உருப்படியான பலன் ஏதும் கிடைக்கவில்லை.

எந்த ஜோசியரிடமும் கேட்க வேண்டாம். 'வான சாஸ்திரம்' சுயநலக்காரர்களுக்கு 'ஜோஸ்யம்'. 'உடல் நூல்' 'கைரேகை.' "Astronomy to the selfish becomes astrology. Psychology, mesmerism (with intent to show where our spoons are gone); and anatomy and physiology, become phrenology and palmistry" என்று மேதை எமர்சன் எழுதுகிறார்.

இரத்தினங்களை அணிவதால். தன்னம்பிக்கை அதிகரித்து வாழ்க்கையில் முன்னேறுகிறான்.

திரும்பவும் சொல்கிறோம். இதற்கு உங்கள் ஜாதகமோ, ஜோஸ்யரிடம் செல்லவோ தேவையில்லை.

நாம் ஒரு கணக்கெடுப்பு நடத்தியதில் ஜோஸ்யர் சொல்லியபடி இரத்தினக்கல் அணிந்தவர்களில் 99 சதவிகித நபர்கள் விஷயத்தில் எந்த மாற்றமும் உண்டாகவில்லை.

நீங்கள் செய்ய வேண்டியதெல்லாம் ஒன்றுதான்.

முதலில் உங்களது ஆங்கில பிறந்த தேதிக்கேற்ப அடுத்த பக்கத்தில் கொடுத்துள்ளபடி இரத்தினம் அணியவும்:

பிறந்த தேதி	ஆங்கில ராசி	அணிய வேண்டிய இரத்தினம்	விலை ரூ.
21 மார்ச் - 19 ஏப்ரல்	மேஷம்	ராக் கிரிஸ்டல்	950
20 ஏப்ரல் - 20 மே	ரிஷபம்	அகேட்	380
21 மே - 21 ஜுன்	மிதுனம்	மூன் ஸ்டோன் (சந்திர காந்தக்கல்)	380
22 ஜுன் - 22 ஜுலை	கடகம்	கர்னேலியன்	780
23 ஜுலை - 22 ஆகஸ்ட்	சிம்மம்	ஜேட்	780
23 ஆகஸ்ட் - 22 செப்டம்பர்	கன்னி	லாபிஸ் லஸுலி	280
23 செப்டம்பர் - 23 அக்டோபர்	துலாம்	ஜேஸ்பர்	950
24 அக்டோபர் - 21 நவம்பர்	விருச்சிகம்	மஞ்சள் புஷ்பராகம்	2,500
22 நவம்பர் - 21 டிசம்பர்	தனுசு	டர்க்வாய்ஸ்	380
22 டிசம்பர் - 19 ஜனவரி	மகரம்	கார்னெட்	560
20 ஜனவரி - 19 பிப்ரவரி	கும்பம்	எமிதிஸ்ட்	750
20 பிப்ரவரி - 20 மார்ச்	மீனம்	ப்ளட் ஸ்டோன்	650

(பிறந்த தேதி தெரியாவிட்டால் இந்த புத்தகம் இந்த பாரா படிக்கும் தேதியை உங்கள் பிறந்த தேதியாக பாவித்து இரத்தினம் தேர்ந்தெடுக்கவும். இதை 'நஷ்ட ஜாதகம் கணிக்கும் வழி' என்பர்.)

மேற்படி பிறந்த தேதிக்கேற்ற இரத்தினம் அணிந்த பிறகு நீங்கள் அடுத்தபடியாக அணிய வேண்டியது.

(a) தடங்கல் நீங்கவும், தாராள வருமானம் இருக்கவும் **மஞ்சள் புஷ்பராகம்** (Rs.2000) மற்றும் **சிவப்பு பவழம்** (Rs. 2500). இதன் பிறகு

(b) (சமுதாயத்தில் அந்தஸ்து, மதிப்பு, பதவி உயர்வு, கௌரவம், அதிக பணவரவு ஆகியவை பெற)

இதன் பிறகு தான் நீங்கள் அடுத்த பக்கங்களில் உள்ள இரத்தினங்களை (எவ்வளவு வேண்டுமானாலும்) தேவைக்கேற்ப அணியலாம்.

அதி முக்கியமாக நாம் சொல்ல விரும்புவது என்னவெனில் நகைக் கடை அல்லது தங்க, வெள்ளி நகை செய்யும் ஆசாரியிடம் நிச்சயமாக வாங்க வேண்டாம். இவர்களுக்கு இரத்தினங்களை சுத்தம் செய்வது எப்படி என்பது தெரியாது.

[மோதிரத்தில் பதித்து விரலில் அல்லது டாலரில் (locket) பதித்து கழுத்து செயினில் அணிய, இரத்தினங்களின் குறைந்த பட்ச எடை என்னவெனில்

சிவப்பு பவழம் -- ஏழரை கேரட்டுக்கு குறையாமல்

மற்ற எல்லா இரத்தினங்கள் ஒவ்வொன்றும் இரண்டு கேரட்டுக்கு குறையாமல் இருப்பது அவசியம்.]

இந்நூலாசிரியரிடம் கிடைக்கக் கூடிய தரம் வாய்ந்த, சுத்திகரிக்கப்பட்ட இரத்தினங்களின் விலை கீழே கொடுக்கப் பட்டுள்ளன:

1. டைகர்ஸ் ஐ (Tiger's Eye) *(விலை: ரூ.680=00)*

சொந்தமாக தொழில், வியாபாரம் செய்பவர்களுக்கு இதை சிபாரிசு செய்கிறேம். டாக்டர், இஞ்சினியர், சொந்தமாக தொழிற்சாலை, சொந்த வியாபாரம் செய்பவர் இதை அணிய, மூன்றே மாதத்தில் வியாபாரம் இரண்டு மடங்காக அபிவிருத்தியடைந்துள்ளது.

மலிவு விலையில் கிடைக்கும் செயற்கை (imitation) இரத்தினங்கள் அழகிய உருவங்களில் வசிகரம் உடையதாக காணப்படும். ஆனல் பலன் சிறிது கூட கிடையாது.

விலையுயர்ந்த இரத்தினங்கள் வசீகரத்தோற்றம் அதிகமாக இருக்கும் என பலர் நினைக்கின்றனர். இது மிகத் தவறு. கீழே விவரிக்கப்பட்டுள்ள இரத்தினங்கள் இயற்கையில் பூமிக்கடியிலிருந்து வெட்டி எடுக்கப்படுபவை. இவை பார்ப்பதற்கு வசீகரமாக இல்லாமல் உருவத்திலும் நிறத்திலும் சுமாராகத்தான் இருக்கும். இவற்றை அணிவதால் மட்டுமே நற்பலன் கிட்டும்.

2. அகேட் (Agate) *(விலை: ரூ.380=00)*

இந்த இரத்தினம் பல நிறங்களில் கிடைக்கிறது. பலன் ஒன்றே.

கடவுளை சந்தோஷப்படுத்த, (தெய்வக் குற்றத்தினுல் உண்டாகும் வியாதிகள், கஷ்டங்கள் நீங்க.) உடல் ஆரோக்கியம், பலம், சொத்து, இலாபங்கள், வெற்றி ஆகியவை விருத்தியாகும்.

கலை, சங்கீதம் ஆகியவற்றில் முன்னேற, நல்ல சாரீரம் (குரல் வளம்) உள்ளவர்கள் டெலிவிஷன், ரேடியோ, சபா கச்சேரிகளில் சான்ஸ் பெற உதவும்.

வாய்ப்பாட்டு மற்றும் வாத்தியம் இசைக்க கற்றுக் கொள்பவர்கள், (fine arts) ஓவியர்கள், கலைஞர்கள் இந்த இரத்தினத்தை அணிந்து அதிகாலை (4.30 to 6.00 a.m.) சாதகம் (practice) செய்து வர விரைவில் அகில உலக அளவில் நம்பர் ஒன் ஆகி விடுவர்.

ஆப்பிள் பழரசத்தில் ஏழு தினம் இந்த இரத்தினத்தை போட்டு வைத்து, அந்த பழ ரசத்தை சாப்பிட சித்தப்பிரமை குணமாகி உள்ளது. நண்பர்களை பெறவும் அவர்களது தொடர்பு நீடிக்கவும். இது பயன்படுகிறது.

விவசாயிகள், பூச்செடி வளர்ப்பவர்களுக்குப் இது ஒரு வரப்பிரசாதம். ஒரு இரத்தினம் விரலில் அணிவதோடு, மற்றொரு இரத்தினத்தை தோட்டம், விளைச்சல் நிலத்தில் புதைத்து வைக்கலாம். அல்லது ஒரு பாட்டில் தண்ணீரில் ஐந்து அகேட் இரத்தினங்களை போட்டு வெளிச்சம் படாமல் ஒரு வாரம் மூடிவைத்து பிறகு, இரத்தினங்களை எடுத்துவிட்டு அந்த தண்ணீரை ஒரு வாளி தண்ணீரில் கலந்து சிறிதளவு எல்லா செடி வேர்களிலும் ஊற்ற நல்ல விளைச்சல்/மகசூல் உண்டாகும்.



3. எமிதிஸ்ட் (Amethyst) *(விலை: ரூ.750=00)*

எமிதிஸ்ட் மணி மாலை, வெள்ளியில் கோர்த்தது: ரூ.950=00

உண்மை, விசுவாசம் நிலை நிறுத்த.

மாலைக்கண், வாதம் (கை, கால் அல்லது ஒரு உறுப்பு செயலிழத்தல்) மாத விடாய் கோளாறுகள்;

குடிப்பழக்கத்தை ஒழிக்க (அவன் குடிக்கும் தண்ணீரில் இந்த இரத்தினத்தை போட்டு வை, அல்லது மோதிரத்தில் அவன் அணிந்து கொள்ளும் படி செய்.)

வில்லங்கம், கோர்ட் கேசுகளில் வெற்றி பெற.

3, 12, 21, 30 ஆகிய தேதிகளில் பிறந்தவர்கள் மூன்றும் எண் நபர் எனப்படுகின்றனர். ஒருவரின் பிறந்த தேதி, மாதம், வருடம் மூன்றையும் கூட்டிய எண் 21, 30, 39, 48 ஆகியவற்றில் ஒன்றாக வந்தாலும் அவரும் மூன்றும் எண் நபரே. (உதாரணம்: 16-10-1948 = 1+6+1+0+1+9+4+8 = 30 = 3+0 = 3)

மூன்றும் எண் உடையவருக்கு தலைவலி இருந்தால் இவர்களின் தலைவலி எந்த சித்தா, யுனானி, அல்லோபதி, ஹோமியோ மருந்துகளுக்கும் கட்டுப்படாது. இவர்கள் ஒரு பரிசோதனை செய்து பார்க்கலாம். தலைவலி வரும்போது எமிதிஸ்ட் இரத்தினத்தை கையில் (அல்லது உடல் மீது படும்படி எங்கு வேண்டுமானாலும்) வைத்திருக்க அடுத்த சில நிமிடங்களில் தலைவலி குறைய ஆரம்பிக்கும்.

14-12-1957 அன்று பிறந்த (1+4+1+2+1+9+5+7=30) திருமதி. ராஜேஸ்வரிக்கு பல வருடமாக தீராத தலைவலி. முக்கியமாக வெளியில் எங்காவது சென்று வந்தால் வீட்டிற்குள் நுழையும்போதே தலைவலி என படுத்து விடுவார். எமிதிஸ்ட் வெள்ளி மோதிரத்தில் அணிந்து கொண்டு வெளியே எவ்வளவு தூரம் சென்று விட்டு வந்தாலும் தலைவலி வராமல் இருந்தது. பலருடைய அனுபவமும் இதுவே.

4. ப்ளட் ஸ்டோன் (Blood Stone) *(ரு.650=00).*

பராக்கிரமத்தின் (வீரம்) சின்னமாக இந்த இரத்தினம் விளங்குகிறது.

இரத்தப் பெருக்கை நிறுத்தும்.

மற்றவர்களிடம் நாம் ஏமாறுமல் நம்மை
பாதுகாத்துக் கொள்ள உதவுகிறது.

("வளைகுடா நாட்டில் வேலை செய்கிறேன்" என சொல்லி பல பெண்களை திருமணம் செய்து கொண்டு நகைகளை அபேஸ் செய்து ஓடும் நபர்களிடமிருந்து பேராசை பிடித்த பெண்கள் மற்றும் அவளது பெற்றோர்கள் ஏமாற்றப்படுவதிலிருந்து தன்னை பாதுகாத்துக் கொள்ள இதை அணியலாம்.)

குமாரி பத்மலோசனிக்கு திருமணம் நிச்சயமாகிற நேரம். மாப்பிள்ளை வளைகுடாவில் இலட்சக்கணக்கில் சம்பாதிக்கிறாளும். எதற்கும் இருக்கட்டும் என அவளுக்கு ப்ளட் ஸ்டோன் பதித்த மோதிரம் ஒன்று அணியச் சொல்லி கொடுத்தேன். எதிர்பாராத விதமாக இவளது உறவினர், இவள் வீட்டிற்கு வந்தபோது மாப்பிள்ளை பற்றி அவரிடம் சொல்ல, அவரும் அவனைப்பற்றி விசாரிக்க, இதுபோல் பல பெண்களை ஏமாற்றி திருமணம் செய்து நகைகளை அபேஸ் செய்து ஓடியவன் என தெரிந்தது. நிச்சயதார்த்த தினத்தன்று போலீஸ் மறைந்திருந்து கையும் களவுமாக பிடித்து விசாரிக்க, உண்மை வெளிவந்து இன்று கம்பி எண்ணிக் கொண்டிருக்கிறான். பெண்களே உஷார்!

பலரை நம்பி மோசம் போனவர்கள் இனி அவ்வாறு ஏமாறுமல் இருக்க இதை அணியலாம்.

பெரிய முதலீடு செய்து கூட்டுத் தொழில் நடத்த ஆரம்பிக்கும்போது கூட்டாளி நல்லவன்தானு என அறிந்து கொள்ள "ப்ளட் ஸ்டோன்" நம்மிடம் வைத்திருப்பது மிக நல்லது.

5. ஜேட் (Chinese Jade) *(ரு.780=00)*

ஜீரணக் கோளாறுகளுக்கு மிகச் சிறந்தது. அஜீரணம், வாய்வு, வயிற்றில் புளிப்புத் தன்மை (acidity), பசியின்மை, வேளா வேளைக்கு ஒழுங்காக சாப்பிடாமல் இருப்பதால்

உண்டாகும் வயிறு தொல்லைகள். 2-ம் எண்ணில் பிறந்த பல நபர்களுக்கு வயிறு (ஜீரண) தொல்லைகள் இருக்கும். [2, 11, 20, 29 தேதிகளில் பிறந்தவர் இரண்டாம் எண்காரர் எனப்படுவர். பிறந்த தேதி, மாதம், வருடம் மூன்றையும் கூட்டிய தொகை 20, 29, 38, 47 ஆகியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்முக வந்தால் அவர்களும் இரண்டாம் எண்காரர்களே ஆவர்].

வயிறு (ஜீரணக்) கோளாறு உள்ளவர்கள் பல டாக்டர்களிடம் மருந்து சாப்பிட்டும் நிரந்தர குணம் கிடைக்காமல் அவதிப்பட்ட கேசுகளில் இந்த ரத்தினம் அணிய பலருக்கு நிரந்தர குணம் கிடைத்துள்ளது.

சீனுவிலிருந்து லின்-யீ என்ற எமது மாணவர் எழுதுகிருர்: கடலில் ஆழமாக மூழ்கி தேடினுலும் அதிர்ஷ்டம் இருந்தால் தான் விலையுயர்ந்த கருப்பு முத்து கிடைக்கும். அதிர்ஷ்டத்திற்கு 'ஜேட்' (Chinese Jade) என்ற இரத்தினக்கல் (விலை ரூ.780=00) அணிந்து வர அற்புத பலன்கள் நிச்சயமுண்டு.

தமிழ் நாட்டில் ''ஒரு குந்து மணி தங்கமாவது உடலில் வேண்டாமா?'' என்று கேட்பது போல் சீன தேசத்தில் ஜேட் என்ற இரத்தினக் கல் ஒரு சிறிதாவது உடலில் அணிந்திருப்பர். 'மனிதருள் மாணிக்கம்' என்று நாம் சொல்வது போல் சீனுவில் "He is a piece of jade" என்று நல்ல மனிதரைப் பற்றி சொல்வார்கள். நமது நடை, உடை, பாவனை, செயல்திறன் ஆகியவற்றை அதிகரித்து அதிர்ஷ்ட திசையை நோக்கி நம்மை அழைத்துச் செல்லவல்லது 'சைனீஸ் ஜேட்' என்ற இரத்தினம்.

6. லாபிஸ் லஸுலி (Lapis Lazuli) *(ரூ.280=00)*

லாபிஸ் லஸுலி மணி மாலை (வெள்ளியில்) ரூ.650=00

சகல வித தோல் வியாதிகளை குணப்படுத்தும் அபூர்வ சக்தி வாய்ந்தது (படை, வெண்புள்ளி, தோல் அரிப்பு, தடிப்பு, அலர்ஜி).

காக்காய் வலிப்பு உள்ளவர்கள் இதை அணிய வியாதியின் தீவிரம் குறைந்ததாக பல வாசகர்கள் எமக்கு கடிதம் எழுதி உள்ளனர். (காக்காய் வலிப்பு-epilepsy-நோய்க்கு இத்துடன் **நீலம்** என்ற இரத்தினத்தை சேர்த்து அணிய விரைவில் பலன் கிடைக்கிறது).

7. **ஓபல் (Opal)** *(ரூ.950=00)*

ஞாபக சக்தியை (நினைவாற்றல்) வலுப்படுத்துகிறது. மனிதர்களுக்கு மட்டுமே உள்ள ஆறுவது அறிவு, ஆன்மீக ஆற்றல் (psychic faculties) வளர உதவும். E.S.P. உள்ளவர்கள், மந்திரம், மாந்திரீகம், ஜோசியத் தொழில், ஆவிகளுடன் பேசும் அமுதா மற்றும் இரவிச்சந்திரன்கள், குறி சொல்பவர், எண் கணிதம், (நியூமராலஜி) வைத்தியத் தொழில் புரிவோர், மாற்று வைத்தியம், ரே-கி (*Rei-kei, Pranic* Healing), இயற்கை வைத்தியம் செய்பவர்களுக்கு **ஓபல்** ஒரு வரப்பிரசாதம் என்றே சொல்ல வேண்டும்.

மேற்கண்ட தொழிலில் உள்ளவர்களுக்கு கடவுள் அனுக் கிரகம் மிக மிக அவசியம். ஆகையால் இந்த **ஓபல்** இரத்தினத்துடன் **அகேட்** சேர்த்து அணிவது அல்லது தொழில் புரியும் இடத்தில் வைத்திருப்பது சாலச் சிறந்தது.

8. **பெரிடாட் (Peridot)** *(ரூ.680=00)*

பெரிடாட் மாலை, வெள்ளியில் ரூ.950=00

கணவன்-மனைவி அன்புடனிருக்க. வயதான பெண்மணி களுக்கு தளர்ந்து தொய்ந்து போன மார்பகங்களை நிமிர்த்தி நேராக ஆக்க உபயோகப்படும். செல்வச் செழிப்பை கொடுக்கிறது.

எவ்வளவு சம்பாதித்தும் சேமிப்பே இல்லாதவர்கள் இதை அணிய சேமிப்பில் பணம் வளர ஆரம்பிக்கும். சூதாரிகள் பர்சில் வைத்துக் கொள்ளலாம். விரலில் அணிவது மிக உசிதம்.

9. **டர்க்வாய்ஸ் (Turquoise)** *(ரூ.380=00)*

டர்க்வாய்ஸ் மணி மாலை, வெள்ளியில் ரூ.650=00

அபாயம் மற்றும் துரதிர்ஷ்டத்திலிருந்து நம்மை பாதுகாக்கும்.

நீண்ட ஆயுளை கொடுப்பதால் 'தான் செத்து விட்டால் குடும்பம் தெருவில் நிற்க நேரிடுமோ' என பயந்து வருடா வருடம் ஆயிரக்கணக்கில் இன்சூரன்சு பிரிமியத்தில் பணத்தை வீணாக்க வேண்டியதில்லை. வாகனத்தை ஓட்டிச் செல்பவர்கள், அடிக்கடி விமான பயணம் செய்வோர் மற்றும் உயிருக்கு ஆபத்தான வேலைகளில் இருப்பவர்களுக்கு **டர்க்வாய்ஸ்** ஒரு உறுதுணை.

ஆண்மையை அதிகரிக்க, குழந்தை பாக்கியம் உண்டாக. மலட்டுத்தன்மை, காம உணர்ச்சி குறைவு உள்ளவர்கள் பிரச்சனை விலக இதை அணிய வேண்டும்.

மந்திரங்களை சுலபமாக மனப்பாடம் செய்ய உதவும்.

(புரோகிதர்கள் கண்டிப்பாக அணிய வேண்டும். இத்துடன் இவர்கள் **ஓபல்** மற்றும் **அகேட்** அணிவது மிக மிக அவசியம்).

நமக்கு ஆபத்து வருமுன் எச்சரிக்கை பெறவும். இதை அணிவதால் விபத்து, விஷம் நம்மை அணுகாது.

10. துவரமல்லி (Turmaline)

(ரூ.480=00)

(இந்த இரத்தினம் மட்டும் வெள்ளியில்தான் அணிய வேண்டும்.)

(வைரம் போட முடியாதவர்கள் அதற்குப் பதிலாக துவரமல்லி அணியலாம்.)

வாழ்க்கைப் பிரச்சினைகளுக்கு துரிதமாக தீர்வு காண, எதிர்காலத்தின் முக்கியமான (நல்ல, கெட்ட) நிகழ்ச்சிகளை கனவில் காண முடியும்.

பச்சை நிற துவரமல்லி மாணவர்கள், வியாபாரிகள், சொந்த தொழில் புரிவோர் ஆகியோருக்கு புத்தி விருத்தியாக உதவுகிறது.

மூளை வளர்ச்சி குன்றிய குழந்தைகள் பச்சை நிற டர்மலேன் மற்றும் மாணிக்கம் சேர்த்து அணிந்தால் நல்ல பலன் விரைவில் கிடைக்கும்.

உலகில் தான் தனித்திருப்பதாக உணர்பவர்கள் pink நிற துவரமல்லி அணிய வேண்டும்.

11. மாணிக்கம் (Ruby) *(ரூ.3,800=00)*

நவக்கிரகங்களில் தலையாயது சூரியன். சூரியனுக்கு ஏற்றது மாணிக்கம். ஆகையால் மாணிக்கம் அணிய மற்ற எல்லா இரத்தினங்களின் நற்பயன்களையும் ஒருங்கே பெறலாம்.

1. அந்தஸ்தில் உயர, துணிவு, வீரம் பெற.

2. நல்ல நண்பர்களை பெறவும், நட்பு நீடித்து நிலைக்கவும் செய்கிறது. ஆழ்ந்த வருத்தத்தை விரட்டியடிக்கிறது.

3. ஒன்றுக்கும் உதவாத முழு மூடர்களுக்கும், பிறப்பிலேயே மூளைச்சோர்வு உடையவர்களுக்கும் (idiots and imbeciles) மிக நல்லது.

4. மாணிக்கம் அணிவதால் பல் சொத்தை, மூக்கிலிருந்து இரத்தம் கொட்டுதல், ப்ளேக் நோய், விஷ பாதிப்பு, வருத்தம், சிற்றின்பத்தில் அதிக ஈடுபாடு ஆகியவை நம்மை அணுகாது. தீரும் நோய்கள்: புண்கள், மூட்டு வாதம், இதயம் மற்றும் எலும்பு சம்பந்தமான நோய்கள், தொழுநோய், குஷ்டம்.

12. பவழம் (Coral)

(விலை: சிவப்பு பவழம் ஏழரை கேரட் ரூ.2,500=00)
பவழ மணி மாலை (வெள்ளி) ரூ.5,500=00

நீண்ட நாட்களாக திருமணமாகாத பெண்களுக்கு விவாக ப்ராப்தி கிடைக்க **பவழம்** அணிவது அவசியம். சிறு வயதிலேயே கணவனை இழக்காமல் இருக்க **பவழம்** சிபாரிசு செய்கிறோம். பிரிந்த தம்பதிகள் ஒன்று சேரவும் இது உதவும்.

இள வயதிலேயே விதவையாவதை தடுக்கிறது. (இள வயது தம்பதிகளில் ஒருவர் நோய்வாய்ப்பட்டு உயிருக்கு ஆபத்தான நிலையில் டாக்டர்கள் கைவிரித்து விட்டால் அல்லது மரண தண்டனை அடைந்திருக்கும் பட்சத்தில் மற்றவர் இதை அணிய தனது வாழ்க்கைத் துணையை மரணத்தின் பிடியிலிருந்து காப்பாற்றலாம்.) போர் முனையில் தனது கணவன் சண்டைக்குப் போகும் பட்சத்தில் அவன் உயிருடன் திரும்பி வர, அதுவரை அவன் மனைவி பவழம் அணிந்து கொள்ளலாம். (ஈராக் போன்ற உலக யுத்த களங்களில் பணி புரியும் பல வீரர்களின் மனைவிமார்கள் இதை அணிந்து கொள்ள அவர்களின் கணவர்களில் ஒருவர் கூட உயிரிழக்கவில்லை.)

குழந்தைகளுக்கு கண் திருஷ்டி படாமல் இருக்க. இது உதவுகிறது.

பருவம் எய்திய கன்னியர்கள் கண்டவன் வலையில் விழாதிருக்க. பருவ காலத்தில் ஏற்படும் மன எழுச்சியினால் (emotional period) கண்டவனிடம் (அவன் திருமணமானவன் என தெரிந்தும்கூட) காதல் வயப்படுதலை தடுக்க (infatuation). இதற்கு பவழத்துடன் **ப்ளட் ஸ்டோன்** சேர்த்து அணிவது நல்லது.

செய்யும் தொழிலில் தடங்கல், இடைஞ்சல் வராமல் இருக்க, இது உதவுகிறது.

வயிறு (இரைப்பை) மற்றும் கல்லீரல் (liver) வியாதிகள் குணமடையும்.

வெளியில் தெரியாத மூல நோய் (blind piles), படை (எக்சிமா), நரம்புத் தளர்ச்சி, சோர்வு, மஞ்சட் காமாலை, ஆண்மைக் குறைவு. சர்க்கரை வியாதி (diabetes)-க்கு வெண் பவழத்துடன் மஞ்சள் புஷ்பராகம் சேர்த்து அணிய நல்ல குணம் கிடைக்கும். (வெண் பவழம் ரூ.640 (மஞ்சள் புஷ்பராகம் ரூ.3,000=00)

13. மரகதம் அல்லது பச்சை (Emerald)

ரூ.2,000=00)

பூமியின் நிறம் பச்சை. ஆக்கத்திறன் (நேர்மறை தன்மைகளை பெற்று மனம் ஒருமைப்பட்டு) செயலாற்றும் திறன் பெற (to get positive force with power of integration.) எல்லா விதத்திலும் முன்னேற்றம், ஆரோக்கியம் கொடுக்கும்.

தனது வாழ்க்கை துணைவி/துணைவன் தன் மீது அன்புடன் இருக்க. இது உதவுகிறது.

ஏவல், பில்லி, சூன்யம் போன்ற செய்வினை, இடு மருந்து ஆகியவற்றிலிருந்து நம்மை பாதுகாக்கிறது.

நரம்புக் கோளாறால் உண்டாகும் இதய நோய்கள் (nervous heart trouble), பேரதிர்ச்சி ஏற்பட்டதால் உண்டாகும் இதய நோய்கள். இரத்த அழுத்தம் (B.P.) புண், புற்றுநோய் (கான்சர்), தலைவலி, நரம்பு வலி, தினம் தினம் குறிப்பிட்ட நேரத்தில் வரும் வலி (neuralgia), இன்ஃப்ளுயன்சா, கிரந்தி (syphilis) மற்றும்

நடு நரம்பு மண்டல நோய்கள் (Central Nervous System); அடிவயிறு, பேச்சு, நாக்கு, கண், நுரையீரல், குடல், மூக்கு சம்பந்தமான நோய்கள் குணமாகிறது.

14. (Blue Sapphire)

ரூ.2,800=00

ஆரோக்கியம், செல்வம், கீர்த்தி, பலம், நீண்ட ஆயுள் கொடுக்கும். வியாபாரத்தில் இழந்த பணம் திரும்ப கிடைக்க மற்றும் நியாயமாக நமக்கு வரவேண்டிய பரம்பரை சொத்து வந்து சேர உதவுகிறது.

பெண்களின் மலட்டுத்தன்மை அகலுகிறது. கண் நோய், பார்வை கோளாறு நீங்குகிறது. தேவையில்லாத கெட்ட எண்ணங்களை விரட்டுகிறது.

நீலம் மற்றும் மரகதம் சேர்த்து அணிய குடிப்பழக்கம் ஒழிந்து விடும். கல்லூரி மாணவர்கள் போதையிலிருந்து விடுபட நீலம் மற்றும் மரகதம் அணியலாம்.

ஆழ்ந்த துயரம், கர்வம் நீங்க, இது உபயோகப்படும்.

நரம்பு மற்றும் மூளை கோளாறுகள். நரம்பு சிக்கல் (neurosis), விட்டு விட்டு வரும் தாங்க முடியாத வலிகள் (neuralgia), அடிமுதுகு/இடுப்பிலிருந்து பாதம் வரை பரவும் வலி (sciatica), உச்சந்தலையில் தோன்றும் வியாதிகள் (பலரது வழுக்கை குணமாகி உள்ளது) காக்காய் வலிப்பு. மூளை சுரம் (brain fever).

'ஆ...அம்மா' என்று அலற வைக்கும், விட்டு விட்டு வரும் வலிகள். கிட்னி மற்றும் சிறுநீர்ப்பை (bladder) வேலை செய்யாமை ஆகியவை தீரும்.

அசுத்த இரத்த குழாய்களை சுத்தப்படுத்தும் திறன் கொண்டதால் கீல் வாத நோய்களில் (arthritis, rheumatism) நல்ல பலன் கொடுக்கிறது. வயிறு புண் குணமாகும்.

ஏழரை அல்லது அஷ்டமத்து சனி நடப்பவர்கள் தொல்லைகள் தீர நீலம் அணிய (தவிர, நீ ஒரு இந்து மதத்தினர் என்றால் திருநள்ளாறு சென்று தரிசனம் செய்து விட்டு வர) ஆறு மாதத்திற்குள் பலன் பெறலாம்.

15. கோமேதகம் (Gomed) *(ரூ.750=00)*

ஆரோக்கியம், செல்வம் மற்றும் சகல விதத்திலும் முன்னேற்றம் ஏற்படுகிறது. **'அலர்ஜி'**க்கு மிக நல்லது.

பாம்பு, விஷக்கடியிலிருந்து நம்மை பாதுகாக்கும். மண வாழ்க்கை சந்தோஷமாக இருக்கும்.

வயிற்றில் அதிகமாக உள்ள புளிப்புத்தன்மை (acidity), வயிறு, உணவுக்குழலில் எரிச்சல், அதிக (உடல்) சூட்டினல் வரும் வியாதிகள் தீரும்.

பசியை தூண்டி, ஜீரணத்தை சரி செய்கிறது.

16. வைடூரியம் (Cat's Eye) *(ரூ.3,800=00)*

அரசாங்க தண்டனையிலிருந்து நம்மை மீட்டுக் கொடுக்கும். இரகசிய எதிரிகளிடமிருந்தும், நீரில் மூழ்கி சாவு ஏற்படுவதிலிருந்தும் நம்மை பாதுகாக்கும்.

மூடிய மில்கள், நலிந்த தொழில்கள் புத்துயிர் பெறும்.

முதலாளி வைடூரியம் அணிவதால் அவரது தொழிற் சாலையில் வேலைநிறுத்தம் (ஸ்டிரைக்), 'லாக் அவுட்', ஆட் குறைப்பு, தொழிலில் தேக்கம் என்ற பேச்சுக்கே இடமில்லை. இத்துடன் ''டைகர்ஸ் ஐ'' என்ற இரத்தினத்தையும் அணிவது சாலச் சிறந்தது.

நாட்பட்ட வியாதிகள் மற்றும் உயிருக்கு ஆபத்தான கான்சர், எய்ட்ஸ், மூளையில் கட்டி, haemophilia, இரத்தப்புற்று, 'எம்.ஜி.ஆர் கேஸ்' என டாக்டர்களால் அழைக்கப்படும் மாற்று சிறுநீரகம் வைக்க வேண்டிய கிட்னி பழுதடைந்த நிலை, தோல் வியாதிகள். அக்கி, காலரா, பெரியம்மை (small-pox) ஆகியவற்றிற்கு சிறந்த நிவாரணி.

சில நாட்கள்/வாரங்களில் இறந்து விடுவான் என டாக்டர்களால் கைவிடப்பட்ட நோயாளிகள் வைடூரியத்துடன் மரகதமும் அணிந்து கொண்ட பின்பு பல வருடங்கள் உயிர் வாழ்ந்துள்ளனர்.

17. கிரிஸ்டல்

(ராக் கிரிஸ்டல் என்பது வேறு)

இது பல உருவங்களில் கிடைக்கிறது. நாங்கள் சப்ளை செய்யும் கிரிஸ்டலை சட்டைப்பை அல்லது பர்சில் வைத்திருக்க, தேவையில்லாத நபர்களின் தொடர்பு விடுபட்டு, நல்ல மனிதர்களின் பரிச்சயம் உண்டாகி வாழ்க்கையில் வெற்றி கிட்டும்.

'பின்பற்றுதல்' என்ற வார்த்தை இதன் உபயோகத்தை விவரிக்க உதவும்.

வாழ்க்கை/செய்யும் தொழிலில் நீங்கள் யாரையாவது பின்பற்றுகிறீர்கள் (எவர் கீழாவது வேலை செய்கிறீர்கள்) அல்லது பலர் உங்களை பின்பற்றுகிறார்கள் (உதாரணமாக நீங்கள் ஒரு டாக்டர், பள்ளி ஆசிரியர், பொருட்கள் தயாரித்து சப்ளை செய்பவர், இஞ்சினியர், சட்ட வல்லுனர் போன்று).

உன்னை பலர் பின்பற்ற வேண்டும் என நீ எதிர்பார்த்தால், முதலில் நீ சரியான வழிமுறைகளை கடைப்பிடிக்க வேண்டும். மற்றவர் மீது ஆதிக்கம் செலுத்த விரும்பினால் முதலில் மற்றவர்களுக்கு உதவ தெரிந்திருக்க வேண்டும். அச்சுறுத்தல், சதித் திட்டம், மற்றவர்களுக்குள் சண்டை மூட்டி விடுதல் போன்ற வழிமுறைகளை கடைபிடித்தால், இவை மற்றவர் உன்னை பின் தொடர்வதை தடுத்து விடும்.

தவிர, காலத்திற்கேற்றபடி நம்மை மாற்றிக் கொள்ளவும் வேண்டும்.

சில சமயங்களில் தலைவருக்கும் தொண்டர்களுக்கும் உள்ள உறவு மாறுவதும் உண்டு. மற்றவர்களின் கருத்துகளுக்கு செவி சாய்ப்பவன்தான் தலைவன் ஆக முடியும். அதே நேரத்தில் நாம் திடமான கொள்கைகளையும் வைத்திருக்க வேண்டும். தவிர, நமக்கு ஜால்ரா போடுபவரை மட்டுமே நம்முடைய தொண்டர்களாக வைத்திருக்கக் கூடாது. (சீன தேசத்து **ஈ-சிங்** என்ற தர்ம சாஸ்திர நூல்)

[மேற்படி விஷயங்களுக்கு கிரிஸ்டல் உதவுகிறது.
வெள்ளியில் பதித்தது ரூ.480=00]

18. கிட்னி ஸ்டோன்

இதை அணிய சிறுநீரகம் பழுதடைந்தவர்களுக்கு நல்ல குணம் கிடைத்துள்ளது. வெள்ளியில் மணியாக கோர்த்த மாலே ரூ.1,200=00.

உலகில் உள்ள எல்லா நல்ல விஷயங்களையும் சுருக்கி (நாம் நினைத்துக் கூட பார்க்க முடியாத அளவுக்கு) தன்னுள்ளே அடக்கி வைத்துள்ளன இரத்தினங்கள்.

அப்பழுக்கற்ற மனிதர்களை 'மனிதருள் மாணிக்கம்' என்று சொல்கிறோம்.

ஆம்! உலகில் உள்ள எல்லா நல்ல சக்திகளையும் (கடவுளின் பலம், சக்தி உட்பட) தன்னுள் அடக்கியதும் அப்பழுக்கற்றதும் தான் நவ இரத்தினக் கற்கள். இவற்றை சரியானபடி அணிய:-

(a) கடவுள் சக்தி, அறிவு கிடைக்கிறது.

(b) நம் உடலில் உள்ள அழுக்கு, தேவையில்லாத சுபாவங்கள், மற்றவர்களுக்கு பிடிக்காத செயல், தன்னம்பிக்கையின்மை போன்ற தேவையில்லாத விஷத்தன்மைகள் உறிஞ்சப்பட்டு (நம் கண்களுக்கு தெரியாத விதத்தில்) வெளியேற்றப்படுகின்றன.

நாம் நிறைய மேற்படிப்பு படிக்கிறோம். எதற்காக? நிறைய பணம் சம்பாதிக்கவும், சமூகத்தில் மதிப்புடன் வாழவும் தான்.

சொந்த வீடு, வாகனம் பல இலட்சங்கள் செலவழித்து வாங்குகிறோம். எதற்காக? சௌகர்யமாக, தொல்லையில்லாமல் இருக்கத்தான்.

நன்றாக டிரஸ் செய்து கொண்டு அலுவலகம் செல்கிறோம். நண்பர்/உறவினர் திருமணம் எனில் இன்னும் நன்றாக உடை, ஆபரணம் அணிந்து செல்கிறோம்.

நீ காரில் சென்றாலும், தங்க செயின் அணிந்திருந்தாலும் வீட்டில் கலர் டீ.வி. வைத்திருந்தாலும் இதற்காக பதவி உயர்வு கிடைத்து விடாது.

உன் தகுதி, படிப்பு, பட்டம் ஆகியவை என்ன மரியாதை, கௌரவத்தை கொடுக்குமோ அவற்றையெல்லாம் தூக்கி சாப்பிட்டுவிடுகிற அளவு உன்னை கூப்பிட்டு மற்றவர் உனக்கு மரியாதை கொடுக்க நீ இரத்தினங்களை உடலில் அணிய வேண்டும்.

நல்ல டிரஸ் அல்ல!
நல்ல வீடு, கார் அல்ல!
நிறைய படிப்பு அல்ல!

நீ முதன் முதலில் செய்ய வேண்டியது உனக்கு தேவையான இரத்தினங்களை அணிவதுதான்.

உடல் வியாதி என்றால் மருந்து சாப்பிடுகிறோம். ஆனால் நமக்கு தேவைக்கேற்ற வருமானம் இல்லாமலிருப்பதும், நியாயமாக கிடைக்க வேண்டியவை இல்லாமல் போவது ஆகியவற்றிற்கு காரணம் நம் உடலில் மைக்ரோஸ்கோப்பிற்கு கூட தெரியாத அழுக்கு, தன்னம்பிக்கையின்மை, கடன், தரித்திரம் ஆகியவைகளே. இவற்றை விரட்டவல்லது முக்கியமாக சிவப்பு பவழம், மஞ்சள் புஷ்பராகம் மற்றும் நீலம்.

பதினைந்தாயிரம் கொடுத்து கலர் டீ.வி. செட் வாங்குகிறான்; இதனால் செலவு தான் அதிகம். பெண்கள் மாதவிலக்கின் போது உபயோகிக்கும் நாப்கின், பாத்திரம் தேய்க்க உதவும் சபீனா போன்ற விளம்பரங்களை பார்த்து நம்மை நாமே மூளை சலவை (brain wash) செய்து கொள்கிறோம். இவற்றால் உனக்கு வருமானம் இரண்டு மடங்கு உயராது. கௌரவம், அந்தஸ்து, மதிப்பு, அறிவு வளராது.

ஆனால் பவழம், மஞ்சள் புஷ்பராகம், நீலம் அணிவதால் வருடா வருடம் 15-30 ஆயிரம் என வருமானம் அதிகரித்துக் கொண்டே போகும்.

தொலைக்காட்சி பெட்டி மனிதன் உண்டாக்கியது.

நவரத்தினங்கள் இயற்கை (கடவுள்) கொடுத்தவை.

கடவுள் கொடுத்ததை உபயோகிப்பதால் தேவைக்கேற்ற பண வரவு, கௌரவம், சந்தோஷம், சமூகத்தில் அந்தஸ்து, குடும்பத்தில் குதூகலம், குழந்தைகள் முன்னேற்றம் எல்லாம் உண்டு.

மனிதன் உண்டாக்கியதை உபயோகிப்பதால், தீராத வியாதி, தரித்திரம், பிரச்சனை தான்.

உண்மையிலேயே கடவுள் பக்தி உள்ளவர்கள் இரத்தினங்களை முதலில் அணியட்டும். கடவுள் கடாட்சம், அனுக்கிரஹம் கிடைக்கும். இவற்றில் கடவுள் இருக்கிறார்.

உடனே பல வாசகர்கள் தனது ஜாதகத்தை எடுத்துக் கொண்டு ஜோஸ்யரிடம் ஓடி தனது நட்சத்திரம், ராசி, தசாபுத்-திக் கேற்ற ஒரு இரத்தினக்கல்லை நகைக் கடையில் வாங்கி அணிகின்றனர்.

எமது முப்பது வருட அனுபவத்தில் நாம் ஒரு கணக்கெடுப்பு (survey) எடுத்ததில் இப்படி ஜோஸ்யர் சொல்லியபடி அணிந்த நபர்களில் 99 சதவிகித கேசுகளில்,

அவர்களது வருமானம் இரட்டிப்பாகவில்லை.

அவர்களது தகுதி உயரவில்லை. பிரச்சினைகள் தீர்ந்து தேவைக்கேற்றபடி வருமானம் உயரவில்லை.

பெயர், ராசி, தசாபுக்தி தெரிய வேண்டாம். ஜாதகம் தேவையில்லை.

பக்கம் 5-ல் சொல்லியபடி பிறந்த தேதிக்கான இரத்தினம், சிவப்பு பவழம், மஞ்சள் புஷ்பராகம், சிலோன் மற்றும் கங்கா-ஜமுனா நீலக்கல் அணிந்தவர்களில் 99 சதவிகிதத்தினர் விஷயத்தில் 6-12 மாதங்களில் அவர்களது பிரச்சனைகள் தீர்ந்தன. வருமானம் 5-6 மடங்கு பெருகியது.

இறுதியாக மிக மிக முக்கியமாக கவனிக்க வேண்டியது என்னவெனில் எந்த கடையில் இரத்தினம் வாங்குகிறோம் என்பதை விட எவர் கையிலிருந்து வாங்குகிறோம் என்பதே முக்கியமானது.

வைல்டு ரோஸ் என்ற இங்கிலாந்து மலர் மருந்தின் டைப் நபர், அல்லது திருவோண நட்சத்திரத்தில் பிறந்தவரிடமிருந்து அல்லது பிறந்த தேதி அல்லது தேதி, மாதம், வருடம் கூட்டு எண் 2 ஆக உள்ளவர் கையிலிருந்து வாங்கி அணிந்தால் நிறைய பலன்/ பயன் உண்டு.

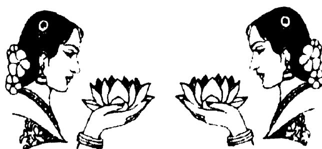
எந்த விரலில் வேண்டுமானாலும் (வெள்ளி அல்லது தங்கத்தில் பதித்து) அணியலாம்.

சிவப்பு பவழம் மட்டும் ஏழரை கோட்டுக்கு குறையாமலும் மீதி எல்லா இரத்தினங்களும் 2 கேரட்டுக்கு குறையாமலும் அணிவது அவசியம். (முன் பக்கங்களில் நாம் கொடுத்துள்ள விலைகள் எல்லாம் இரண்டு கேரட்டுக்கு குறையாத இரத்தினங்களின் விலைதான்.)

இரண்டு லட்சம் கார், 5-10 லட்சம் சொந்த வீடு ஆகியவற்றால் உன் வருமானம் அதிகரிக்காது. செலவுதான் அதிகம். நாள் ஆக ஆக அதன் விலையும் குறையும்.

சிவப்பு பவழம், மஞ்சள் புஷ்பராகம், நீலம் அணிவதால் 6-12 மாதங்களில் உன் பெயர், புகழ் மற்றும் வருமானம் மூன்று மடங்கிற்கு மேல் பெருகுவதை நீ கண்கூடாக பார்க்கலாம். இவற்றை அணிவதால் உன் உடலில் உள்ள அழுக்குகள் அகற்றப்பட்டு வெளியேற்றப்படுவதால் குன்றிப் போன உன் பலம், சக்தி, அதிகரித்து திறமை வெளிப்பட்டு செயலாக்கம் அதிகரித்து உன் தகுதி, வருமானம் உயருகிறது. ''ஐம்பதாயிரம் ரூபாய் செலவழித்து N.I.I.T., C.A. படித்து ஐந்து வருடம் கழித்து உனக்கு எவ்வளவு வருமானம் அதிகரிக்குமோ அதை விட பன்மடங்கு வருமானம் ஒரே வருடத்தில் அதிகரிக்கச் செய்கிறேன்'' என்று இரத்தினங்கள் சவால் விடுகின்றன.

இரத்தினங்களை கடவுள் உண்டாக்கி நமக்கு கொடுத்தார்; ஆனால் N.I.I.T., C.A. ஆகிய படிப்புகள் மனிதன் உண்டாக்கியவை. எது அதிக பலன் தரும் என நீங்களே தேர்ந்தெடுங்கள்.



குடிப்பழக்கம், ஒற்றைத் தலைவலி, அலர்ஜி, மாதவிடாய் கோளாறுகள் மற்றும் விபத்து, விஷக்கடி, நெருப்புக்காயம் ஆகியவற்றில் முன்றே நிமிடத்தில் நிரந்தர மற்றும் முழு குணம் கொடுக்கும் (ஊசி, மருந்து இல்லாத) சீன தேசத்து அக்யூபிரஷர் கற்க 4-நாள் நேர்முக வகுப்பு கட்டணம்: ரூ.4600=00. இது பற்றி விபரம் தெரிய தொலைபேசியில் கேட்க வேண்டாம். விபரம் மற்றும் விண்ணப்ப பாரத்திற்கு ரூ.50/- M.O. செய்க.

Dr. V. கிருஷ்ணமூர்த்தி
"RAMAN HOUSE"
21, குப்பையா தெரு, சென்னை-33

எமது பிற வெளியீடுகள்

டாக்டர், ஜோஸ்யர், மதத்தலைவர்களால் தீர்க்க முடியாத நோய், வாழ்க்கைப் பிரச்சினைகள் நீங்கி தேவைக்கு மேல் பணம் சம்பாதிக்க, கடவுள் அனுக்கிரஹம் பெற உதவும், இங்கிலாந்து மலர் மருந்துகள் ... (பாகம் 1 to 9) - ரூ.300=00 (வி.பி.பி. இல்லை) M.O. செய்க. தபால் செலவு இனும்.